



PHARMA FIRST

www.pharmafirstonline.com

Vol-4

Issue-6



**WORLD
SUICIDE
PREVENTION
DAY
SEPT.10**

Cover story

*All about
Physiotherapy
Commonly used
Antidepressants*

Drug Reviews

*Ignatia Amara
മാനസമിത്ര വടകം
Donepezil*

Pharmacy

മരുന്നുവ്യാപാരികളുടെ
ട്രേഡ് മാർജിൻ

ആരോഗ്യ വെല്ലുവിളികൾ

ആത്മഹത്യാ പ്രവണത

Health Care

*Complete Blood
Count*



WE CARE For You



Because, like everyone else in the World, you too are facing multifarious health challenges. It is but natural that occupational stress and other strains of modern life are likely to have their impact on your health.

Invested with an ardent conviction stemming from our century old traditions in health care services and ethical social responsibility, we are here to CARE for YOU.



Hospital complex at Kottakkal



Hospital at Delhi



Hospital at Kochi



Charitable Hospital at Kottakkal



Medicinal plant estate



Centre for Medicinal Plants Research



P.S. Varier Museum at Kottakkal



Factory complex at Kottakkal



Factory at Kanjikode



Factory at Nanjangud



Quality control laboratory



Pilot plant

4 HOSPITALS • 26 BRANCHES • MORE THAN 1800 AUTHORISED DEALERS

BRANCHES: Adoor- 0473 4220440, Ahmedabad- 079 27489450, Aluva - 0484 2623549, Bangalore - 080 26572956, Chennai - 044 28251246, 47, Coimbatore - 0422 2491594, Ernakulam - 0484 2375674, Indore - 0731 2513335, Kannur - 0497 2761164, Kolkata - 033 24630661, Kottakkal - 0483 2743380, Kottayam - 0481 2304817/2562396, Kozhikode - 0495 2302666, Madurai - 0452 2623123, Mangalore - 0824 2443140, Mumbai - 022 24016879, 24015195, Mysore - 0821 2331062, New Delhi - 011 24621790, Palakkad (Vadakkanthara) - 0491 2502404, Palakkad (Town) - 0491 2527084, Secunderabad - 040 27722226, Thiruvananthapuram - 0471 2463439, Thiruvananthapuram (Kazhakkootam) - 0471 2413439, Thrissur - 0487 2380950, Tirur - 0494 2422231, Vijayawada - 0866 2578864/65 AYURVEDIC HOSPITAL & RESEARCH CENTRES: Kottakkal - 0483 2808000, Delhi - 011 22106500, Kochi - 0484 2554000

HOUSE OF AUTHENTIC AYURVEDA



VAIDYARATNAM P.S. VARIER'S

ARYA VAIDYA SALA

KOTTAKKAL-676 503, KERALA

Tel.: 0483 2808000, 2742216 | E-mail: mail@aryavaidyasala.com

WORLD PHARMACIST DAY

SEPTEMBER 25



മറ്റു പംക്തികൾ

PHARMA QUIZ 15

ADVERSE DRUG REACTIONS 16

WORLD PHARMACIST DAY 2022 ... 21

ഔഷധ മേഖലയിലെ സംശയങ്ങൾ 23

KNOW THE LAWS OF DRUGS 25

IGNATIA AMARA 26

DONEPEZIL 28

മരുന്നു വിശകലനം-മാനസമിത്ര വടകം 29

05 All about Physiotherapy
 The various methods to conduct Physiotherapy and its advantages in modern day treatments, by Sri Genius S Prabha

09 ANTI DEPRESSANTS
Types, Side effects and Mechanism of Action.
 In the eve of World Suicide prevention day, Dr. Joseph Kurian is examining the different types of antidepressants, their mechanism of action, side effects.

17 INTERNATIONALLY PATENTED NUTRACEUTICAL MOLECULES FROM SAMI DIRECT
 Patented International Nutraceuticals owned by Dr. Muhammad Majeed of Sami Sabinsa group - reviewed for the benefit of the healthcare professionals.

22 The giants of Indian pharmaceutical industry
 In the serial to make aware the history and present status of the top Pharmaceutical giants of India, facilities of M/s Aurobindo pharma are narrated.

30 ആത്മഹത്യാ പ്രവണത
 ആരോഗ്യ വെല്ലുവിളികളിൽ ആത്മഹത്യാ പ്രവണതയ്ക്കുള്ള കാരണങ്ങൾ, പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങൾ, ചികിത്സാ രീതികൾ എന്നിവ വിശകലനം ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർ ജി ഹരിദാസ്സിന്റെ ലേഖനം.

30 Complete Blood Count
 രോഗനിർണ്ണയ പരിശോധനകളെ പരിചയപ്പെടുത്തുന്ന പബ്ലിയിൽ Complete Blood Count ടെസ്റ്റിന്റെ വിശദവിവരങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു.



ലോക ഫാർമസിസ്റ്റ് ദിനം

Pharmacy united in action for a healthier world എന്ന മുദ്രാവാക്യവുമായി പതിവുപോലെ ഈ മാസം 25 നു ലോക ഫാർമസിസ്റ്റ് ദിനം കൊണ്ടാടുന്നു. കോവിഡ് ബാധയാൽ തളർന്നുപോയ ലോക ജനതയ്ക്കു ആശ്വാസമേകാൻ ഡോക്ടർമാരോടും നേഴ്സുമാരോടുമൊപ്പം ആരോഗ്യ പരിപാലന മേഖലയിൽ സജീവമായ ഫാർമസിസ്റ്റ് സമൂഹത്തിനുള്ള ആദരവാണു ഈ ദിനാഘോഷം. ആരോഗ്യമുള്ള ലോകജനതയെ സൃഷ്ടിക്കുകയെന്ന കടമ ഒരു വെല്ലുവിളിയായി സ്വീകരിച്ചു മരുന്നു ഗവേഷണ, നിർമ്മാണ, വിതരണ, വിൽപ്പന രംഗത്തു വ്യാപൃതരാണിവർ.

രാഷ്ട്രീയ, സാമൂഹ്യ, സാമ്പത്തിക, പ്രാദേശിക, ഔദ്യോഗിക വേർതിരിവുകൾ മാറ്റി വച്ചു പൊതുജനാരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയെന്നതാണ് ആരോഗ്യ പരിപാലന മേഖലയുടെ ഉത്തരവാദിത്തം. പകർച്ച വ്യാധികളേക്കാൾ മാരകമായി ജനങ്ങളെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളെ (കാൻസർ, ഹൃദ്രോഗം, പ്രമേഹം, മാനസ്സിക സംഘർഷം, ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾ, കരൾ, വൃക്ക രോഗങ്ങൾ) നിയന്ത്രിക്കുകയാണ് പ്രാഥമിക കർത്തവ്യം. സമൂഹം അവഗണിച്ച പരിസ്ഥിതിക പ്രശ്നങ്ങൾ, കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനങ്ങൾ എന്നിവ കൂടുതൽ അപകടകാരികളായി മാറുന്നതും ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കുള്ള കടുത്ത ഭീഷണിയാണ്.

നല്ല വായുവും വെള്ളവും പാർപ്പിടവും ആഹാരവും ജോലിയും സാമൂഹിക അന്തരീക്ഷവും അനുമായിത്തുടങ്ങുമ്പോൾ മൺമറഞ്ഞ സാംക്രമിക രോഗങ്ങൾ പതിയെ തലപൊക്കി തുടങ്ങും. ലോകത്തിന്റെ ചിലഭാഗങ്ങളിൽ വീണ്ടും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന ക്ഷയം, മലമ്പനി, കോളറ, കുഷ്മം, വൈറസ് ബാക്ടീരിയ രോഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ആരോഗ്യപരിപാലനം കൂടുതൽ സങ്കീർണ്ണമാക്കുന്നു. നിലവിൽ നേടിയെടുത്ത ആരോഗ്യ സംരക്ഷണവലയം ദേദിക്കപ്പെടാതെ കൊണ്ടുപോകാൻ അഹോരാത്രം ജോലി ചെയ്യുന്ന ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരിൽ മുൻനിരയിലുള്ളവരാണ് ഫാർമസിസ്റ്റുകൾ. പക്ഷെ, അവരുടെ പ്രാധാന്യം മറ്റുള്ളവർ അംഗീകരിക്കുന്നുണ്ടോയെന്ന് സത്യസന്ധമായി പരിശോധിക്കേണ്ടതാണ്.

സ്വകാര്യ ഫാർമസി വിദ്യാഭ്യാസ മേഖലയിൽ ഡോക്ടറേറ്റ് ഉള്ളവർക്ക് പോലും സർക്കാർ നിർദ്ദേശിച്ച ശമ്പള സ്കെയിൽ അനുസരിച്ചുള്ള വേതനം ലഭിക്കാറില്ല. മെഡിക്കൽ സ്റ്റേറ്റുകളിൽ ഏകീകൃത വേതനം കിട്ടാക്കുന്നിയാണ്. ജോലിപരിചയം അനുസരിച്ചുള്ള സൗകര്യങ്ങൾ മിക്ക സ്ഥലത്തും അവർക്കു ലഭിക്കാറില്ല. സർക്കാർ മേഖലയിൽ പല സ്ഥലത്തും രോഗി അനുപാതം അനുസരിച്ചു ഫാർമസിസ്റ്റുകളെ നിയമിച്ചിട്ടില്ല. ഉള്ളവർക്ക് പിടിപ്പതു ജോലിയാണ്. മിക്ക വെറ്ററിനറി ആശുപത്രികളിലും ഫാർമസിസ്റ്റുകൾ പേരിനു മാത്രമേയുള്ളൂ. ഫാർമസി മേഖലയിൽ ഡിപ്ലോമ മുതൽ ഡോക്ടറേറ്റ് വരെയുള്ളവർ ഉള്ളപ്പോൾ അവരുടെ സ്ഥാനങ്ങൾ പലപ്പോഴും യോഗ്യതയില്ലാത്തവരാണ് കയ്യൊള്ളുന്നത്. ഫാർമസിസ്റ്റ് ദിനാചരണം ഈ പ്രാമേഷൻ കൂടുതൽ ജനകീയമാക്കാനും ഫാർമസിസ്റ്റുകളുടെ അറിവും കഴിവും പരിചയവും പൊതുസമൂഹത്തിനു പൂർണ്ണമായും ലഭിക്കാനും അർഹമായ വേതനം നേടിയെടുക്കാനും സാധിക്കുന്ന വിധം കൊണ്ടാടണം. അവിടം വിവിധ സംഘടനകളുടെ ശക്തി കാണിക്കാനുള്ള വേദിയാക്കി മാറ്റാതെ, ഈ ഗോകൾ ഒഴിവാക്കി സമൂഹനന്മ മുൻനിർത്തി, ലക്ഷ്യ ബോധത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള സ്ഥലമാക്കി മാറ്റണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ ഇത്തരം ദിനാഘോഷങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും ഫലപ്രദമാകുകയുള്ളൂ.



സ്പോൺസർ
എം.ആർ. പ്രദീപ് (എഡിറ്റർ)
റിട്ട. ഡെപ്യൂട്ടി ഡ്രഗ്സ് കൺട്രോളർ

Address :
PHARMA FIRST
18/449, A-2, F1A
Maryatha Apartments
Piravom Road
Muvattupuzha-686661.

Phone: +91 8289856081
+91 9446056081
✉ editorial@pharmafirstconsulting.com
🌐 www.pharmafirstconsulting.com
📱 pharmafirstconsulting
📧 pharmafirst_consulting

For online purchases : www.pharmafirstonline.com
Subscription Desk : +91 8289856081
Advertisement Desk : +91 8848729596
enquiry@pharmafirstconsulting.com

Bank Details for Payment
Bank Name : AXIS Bank
A/c No. : 919020020110452
IFSC No. : UTIB0002992
Branch : Muvattupuzha

DISCLAIMER :
The information and opinion presented in PHARMAFIRST reflect the views of the authors and not of PHARMAFIRST or its editorial board or the publisher.

“Neither PHARMAFIRST nor its publishers nor anyone else involved in creating or delivering PHARMAFIRST, assumes any liability or responsibility for the accuracy, completeness or usefulness of any information provided in this.”

Editor, Printer & Publisher : M.R.Pradeep.
Layout & Design : Akhil Chandran
Today Graphics. kothamangalam



All about Physiotherapy



Mr. Genius Prabha MPT, MISCP.
(Physiotherapist & Dry needling Practioner) Ireland

Physiotherapy is a specialty treatment without medicine, but using natural resources like active or passive exercise, stretching, musculoskeletal mobilization, heat, cold, orthotic and prosthetic prescription and training to achieve, improve, restore, and maintain a patient's mobility, functions, and well-being.

It is a transformative experience and people of all ages can take advantage of it. Nowadays, physiotherapists make use of a combination of hands-on and hands off techniques to help patients achieve optimal outcomes. From increasing the range of motion and a particular muscle flexibility to resolving a pain to training some to walk independently, the benefits of physiotherapy are numerous.

It also includes patient/helper interview, patient assessment, evaluation, planning goals depends on assessment, knowing patient wish, most important wish, worries , planning goals, selecting interventions, implementing interventions, documentation, re-evaluation, MDT referrals and re planning and re implementation and setting up of home exercise program on regular intervals.

Current healthcare system utilizes the services of a Physiotherapist to achieve the best outcome of physical and mental wellness of the patients. For example, Physiotherapy is essential after a knee replacement. An orthopedic surgeon replaces the knee with an artificial knee. From the first day onwards, physiotherapists try to mobilize the knee using a machine called Continuous Passive Motion (CPM) equipment. Next day, he will teach how much weight one can bear depending on the surgeons plan and what aids like frame or crutches to use for and how to step forward using 3 point or 4 point stepping pattern or if one has to use stairs which leg or crutches goes first when ascending and descending the stairs.

Another thing is the extension lag which is very common in knee replacement. If you are end up on a partial flexed knee after 6 months of surgery, which is not value for the money spend and flexed knees always cause gait abnormalities which can cause pain on the new knee or on other joints leading to long term sufferings. So, for a successful knee replacement, a full knee extension and proper walking re-education is essential and this can only be achieved through effective physiotherapy.

Various Branches of Physiotherapy.

1. Musculoskeletal Physiotherapy
2. Neurological Physiotherapy
3. Cardio-Respiratory Physiotherapy
4. Sports Physiotherapy
5. Vestibular Physiotherapy
6. Pediatric Physiotherapy
7. Palliative care Physiotherapy
8. Lymphedema Physiotherapy
9. Physiotherapy in Women's health
10. Physiotherapy in Gerontology
11. Physiotherapy in Accident & Emergency Units

1.Musculoskeletal (Orthopedics) Physiotherapy

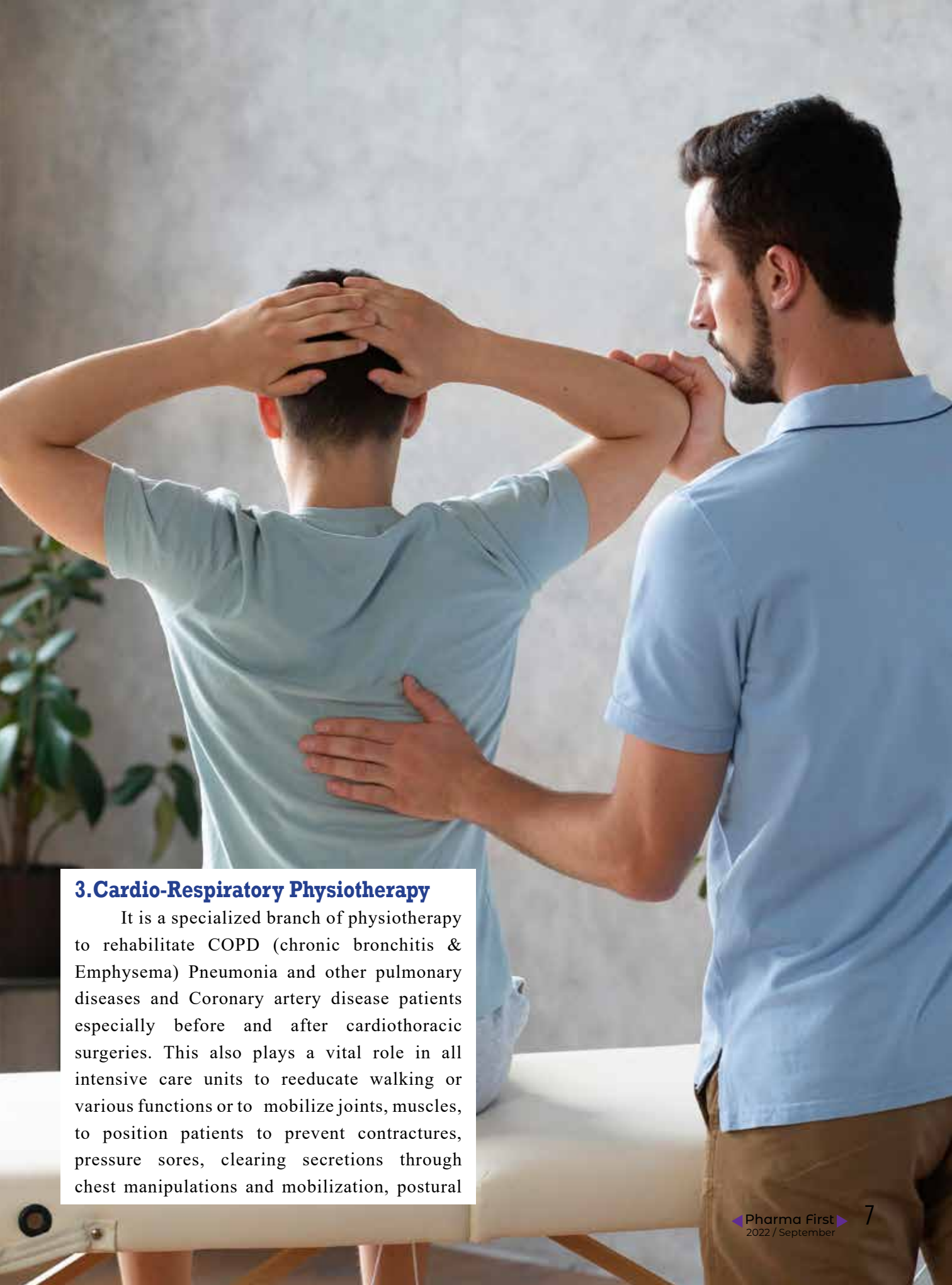
It deals with the restoration of the function of the musculoskeletal system, which consists of muscles, joints, bones, ligaments, and tendons. This type resolves pain by increasing or decreasing joint mobility, correcting the posture, habits, increasing strength, tone and muscular flexibility so as to resolve the pain and prevent future injury and dysfunction. Example:- Rotator cuff injury , Neck pain, back pain, pelvic pain, IT band issues, Piriformis syndrome, Intervertebral disc prolapse and sciatica, knee pain ,calf muscle injury and plantar fasciitis. It is important for recurrent dislocations or after immobilization of bones or joints. Example. Plaster application and immobilization after a fracture reduction for healing fracture.

2.Neurological Physiotherapy

It is an essential part of rehabilitation when neurological issues like strokes, spinal cord injuries, Parkinson's disease, multiple sclerosis, Alzheimer's, cerebral palsy, or brain injuries or spinal cord injuries strike the nervous system. Since the nervous system plays an important role in how the brain controls the body, neurological problems are mostly considered chronic.

This therapy is known to aid in recovery from neurological disorders. Therapists typically recommend few therapeutic exercises that help to reduce the effect of the injuries on the muscles and smoothes out movement using balance exercise, coordination exercise, Rom exercise, relaxation exercise, PNF exercise, tilt table, moto med exercise, posture and gait training.

Besides helping patients regain their mobility, physiotherapy also assists in preventing other secondary complications originating from neurological problems. Eg.:-Aspiration Pneumonia, Constipation, Cellulitis, osteoporosis, coronary artery diseases, Diabetes etc.



3. Cardio-Respiratory Physiotherapy

It is a specialized branch of physiotherapy to rehabilitate COPD (chronic bronchitis & Emphysema) Pneumonia and other pulmonary diseases and Coronary artery disease patients especially before and after cardiothoracic surgeries. This also plays a vital role in all intensive care units to reeducate walking or various functions or to mobilize joints, muscles, to position patients to prevent contractures, pressure sores, clearing secretions through chest manipulations and mobilization, postural

drainage and suctioning or to take part complete care of a patient who is alert or unconscious.

4.Sports Physiotherapy

This branch of P.T deals with sports professionals and athletes. Sports physiotherapists are also dedicated to assess and treat injuries related to exercise at all levels. Getting athletes back to full form and getting rid of pain is only a part of what a sports physiotherapist does. The focus is also on performance and the overall development of the athlete.

5.Vestibular Physiotherapy

This type of P.T focuses on the rehabilitation of a person's balance and repositioning the crystals in the inner ear. The therapist helps in realigning one's body balance so that there is an increase in the overall function of the body.

6.Pediatric Physiotherapy

This therapy focuses on the physical needs of toddlers, infants, children, and also adolescents. Children with a variety of neuromuscular, developmental, or skeletal disorders can benefit from it. Pediatric physiotherapy aims to alleviate pain, improve fine , gross motor skills and development in children, help in regaining range of motion, strength, balance , walking and hand functions .

7.Palliative care Physiotherapy

It is an important part of any cancer wards in Europe, UK and America. Treating, managing or preventing fatigue, pain, muscle and joint stiffness, transfer and reconditioning. In India this is still in the developing stage.

8.Lymphedema physiotherapy

Here various physiotherapy techniques are used to decrease the swelling and to regain strength and flexibility of limbs or a particular limb.

9.Physiotherapy Women's health

Women faces peculiar health issues in pregnancy, child birth through postpartum care, back pain, Neck pain, Incontinence and osteoporosis. Physiotherapy resolves these issues.

10.Physiotherapy in Gerontology

This is one of the key areas of a physiotherapist in the developed world. Aged people are looked after in nursing homes or community and Physiotherapist is a main team member to promote independence and safety by strength training , endurance, flexibility, coordination , correcting posture, improving walking through one to one exercise, group exercise, prescribing aids, orthotics, Low or low beds, sensors to alert unsafe independent attempts. Physiotherapist also working to induce relaxation, fall prevention, diagnosing acute chest infections and decreasing difficulty of breathing and doing referrals to doctors, Occupational therapist, Speech language therapist, dietitian.

11.Physiotherapy in Accident & Emergency Units

It is the latest development in physiotherapy in injury screening and managing pain at A&E units. The developed world has accepted that physiotherapists can screen injuries and do immediate recommendations like X ray, CT, MRI and blood test and referring to appropriate consultants. Injury screening is skilled work that requires knowledge and experience. Many Indian qualified physiotherapists are working in various A&Es around, US, UK, Canada & Europe. Many pains are caused without bony injuries or dislocation and P.T is considered as a very effective means of intervention at Accident and Emergency units. Unfortunately this has not yet started in India ●

To be continued

ANTI DEPRESSANTS

Types, Side effects and
Mechanism of Action.

DR JOSEPH KURIAN M.D

In this current world, majority of the population is suffering from mental depression causing many chronic lifestyle diseases. Depression is a mood disorder that causes a persistent feeling of sadness and loss of interest. It is also called major depressive disorder or clinical depression, it affects how you feel, think and behave and can lead to a variety of emotional and physical problems.

Many types of drugs are used to relieve the symptoms of depression and can help to treat social anxiety disorder, other anxiety disorders, and seasonal affective disorder. These drugs work by correcting chemical imbalances of neurotransmitters in the brain, which are chemicals brain cells use to communicate with each other, which are responsible for changes in mood and behavior. A knowledge of different types of drugs used to contain depression will be useful to control their side effects and interactions with drugs and food.

TYPES

SELECTIVE SEROTONIN REUPTAKE INHIBITORS (SSRIS)

They are the first-line treatment option for depression. They work by reducing the amount of serotonin, the brain absorbs. This makes it easier for the brain cells to send and receive messages, leading to more stable moods. Examples are Citalopram, Escitalopram, Fluoxetine, Fluvoxamine, Paroxetine, Sertraline etc.

SEROTONIN AND NOREPINEPHRINE REUPTAKE INHIBITORS (SNRIS)

SNRIs work by raising the levels of serotonin and norepinephrine in the brain. These neurotransmitters play a key role in stabilizing the mood. These are a newer class of antidepressants compared with SSRIs, working in a similar way, indicated for Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), Anxiety Disorders, Menopausal Symptoms, Fibromyalgia & Chronic Neuropathic Pain.

Examples Include Duloxetine, Venlafaxine, Desvenlafaxine.

Usage of SSRIs and SNRIs can lead to: nausea and anxiety for the first couple of weeks, indigestion, headache and sexual dysfunction. SNRIs can also cause an increase in blood pressure. A person with a serious heart condition should not take the SNRI venlafaxine

TRICYCLIC ANTIDEPRESSANTS (TCAS)

They are recommended for depression, fibromyalgia, some types of anxiety, and chronic pain. These regulate the amount of serotonin and norepinephrine the brain absorbs. This helps to reduce feelings of anxiety and depression.

TCAs may have the following side effects Dry Mouth, Tremor, Fast Heartbeat, Constipation, Insomnia, Weight Gain. Examples include Amitriptyline, Amoxapine, Clomipramine, Desipramine, Doxepin, Imipramine, Nortriptyline, Protriptyline, Trimipramine etc.

MONOAMINE OXIDASE INHIBITORS (MAOIS)

MAOIs are not a first-line treatment option for depression, due to their adverse side effects

and drug-drug interactions. They are prescribed when SSRIs do not work for depression. These target the brain enzyme monoamine oxidase, which helps to break down neurotransmitters such as serotonin. This can lead to more stabilized moods and less anxiety. Examples include: Phenelzine, Tranylcypromine, Isocarboxazid, Selegiline etc.

MAOIs can interact with other drugs. For example, if a person combined an MAOI with an SSRI, it could lead to serotonin syndrome. Serotonin syndrome is a serious condition in which a person has too much serotonin in their body. MAOIs can also lead to: Dry Mouth, Diarrhea, Nausea, Drowsiness, Constipation, Dizziness, Insomnia, Lightheadedness, Sexual Dysfunction.

MAOIs prevent the breakdown of tyramine. If a person consumes foods that contain tyramine, such as sausages, fish, and overripe fruit, it can lead to a hypertensive crisis. This is a severe increase in blood pressure that can lead to a stroke.

NORADRENALINE AND SPECIFIC SEROTONINERGIC ANTIDEPRESSANTS (NASSAS)

These antidepressants can lead to side effects similar to SSRIs and SNRIs. They can also cause drowsiness and weight gain. However, they are less likely to cause sexual dysfunction. NaSSAs are used to treat anxiety disorders and depression. Examples include mianserin and mirtazapine. Rarer side effects of antidepressants include:

SUICIDAL THOUGHTS: Some studies have found that young adults and children may be at a higher risk of suicidal thoughts when they first start taking antidepressants. If side effects are very unpleasant, or if they include thinking about suicide, the person should speak with a doctor straight away.

WITHDRAWAL SYMPTOMS: Some people who take SSRIs and SNRIs experience some withdrawal symptoms when they stop taking the medication. Withdrawal symptoms can last for 1–2 weeks, and can include: Anxiety, Dizziness, Nightmares or Vivid Dreams, Electric Shock-Like Sensations

In The Body, Flu-Like Symptoms, Abdominal Pain etc.

MAJOR USES OF ANTIOXIDANTS:

- Depression And Major Depressive Disorder
- Generalized Anxiety Disorder
- Panic Attacks
- Chronic Pain
- Ocd
- Post-Traumatic Stress Disorder (Ptsd)
- Social Anxiety Disorder

EFFECTIVENESS

They are found to be effective. However, everyone responds to the drugs differently. It is reported that 40–60% of people who took an SSRI or SNRI for depression noticed some symptomatic relief within 6–8 weeks. The researchers note that the more severe the depression, the greater the benefits of antidepressants may be.

USAGE IN PREGNANCY AND NURSING

There is very low risk while taking SSRIs during pregnancy and may cause congenital abnormalities. Tiny amounts of some antidepressants can enter breast milk.

ATYPICAL ANTIDEPRESSANTS

Drugs which do not fall into the typical classes are called atypical antidepressants. Depending on the specific condition, these drugs are prescribed as alternatives. For example, olanzapine/fluoxetine is an atypical antidepressant used to treat bipolar disorder and major depression that doesn't respond to other drugs.

ALTERNATIVE OPTIONS

THERAPY

People with depression may wish to undergo other therapies like Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Interpersonal Therapy, Problem-Solving Therapy etc.

ST. JOHN'S WORT

Hypericum, made from the herb St. John's wort, may help some people with depression. It is available over the counter as a supplement. However, there are some possible risks associated with taking hypericum:

If combined with certain antidepressants, it can lead to a potentially life-threatening increase in serotonin. It can worsen symptoms of bipolar disorder and schizophrenia.

It might reduce the efficacy of some prescription medications, including antidepressants, birth control pills, some heart medications, warfarin, and some therapies for HIV and cancer.

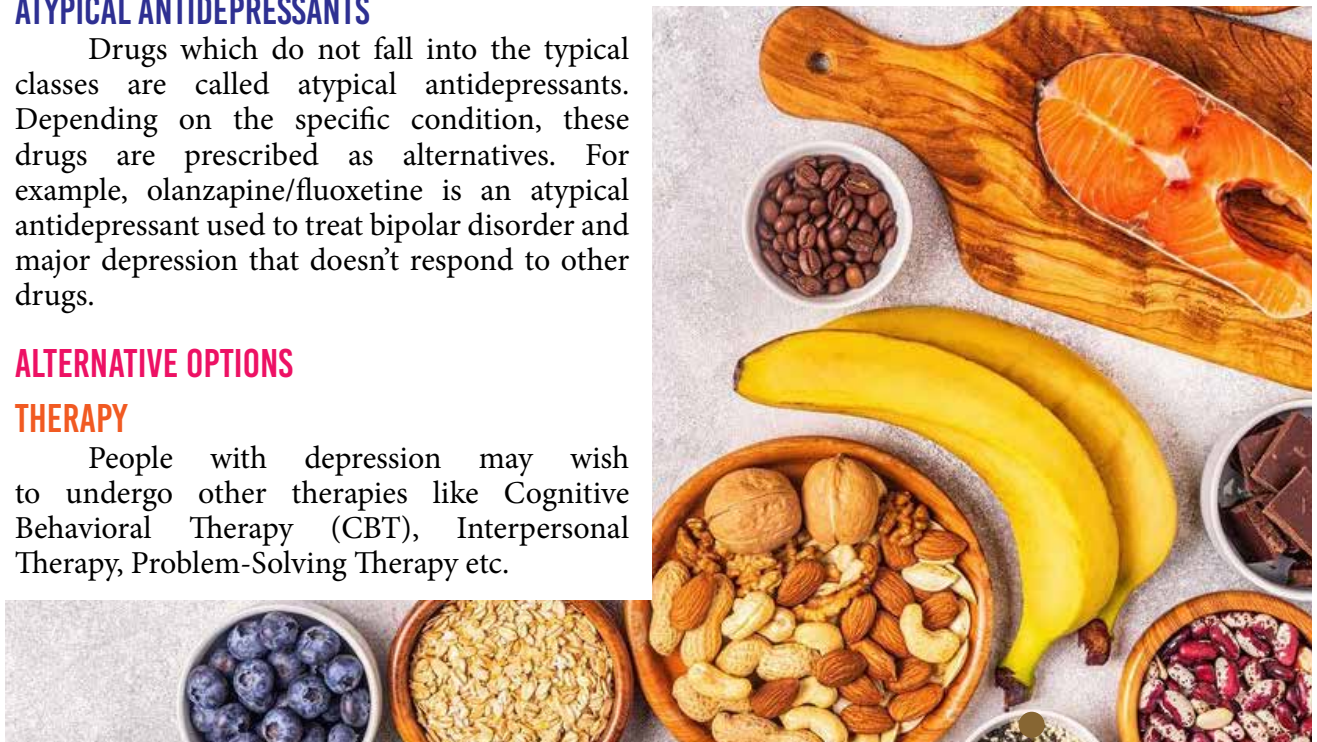
LIGHT BOX

People who experience seasonal affective disorder may benefit from light therapy. This involves sitting in front of a light box first thing in the morning for 30–45 minutes.

DIET AND EXERCISE

The risks of depression can be reduced by regular physical activity -like three exercise sessions per week for 12–24 weeks.

Eat a balanced, nutritious diet consisting of fresh and whole foods, avoiding refined and processed foods ●



Part 4

An Exemplary work By IPA Kerala State branch and IDMA

A report on the Training program for Pharmacy Graduates
An Orientation to Pharma Industry

Staff reporter, Pharmafirst

Indian Pharmaceutical Association (IPA) Kerala Branch and Indian Drugs Manufacturing Association (IDMA) have jointly organized a webinar series for Pharmacy Graduates named Orientation to Pharma Industry from 4th December 2021.

The Topics and the description of the modules are narrated for benefiting the unemployed Pharmacy graduates for finding a suitable career in the Pharmaceutical Industry



Dr. Premnath Shenoy
Former Director QA & RA
AstraZeneca India Ltd.



Mr. MT Thomas
Consultant & Auditor,
Rephine Ltd., Switzerland



Dr. Murali Babu
Adv. Formulations Dexa Development
Center Jakarta, Indonesia



Dr. Vijay Bambulkar
Former Director Asia Pacific Regulatory
Affairs Johnson & Johnson, Mumbai



Dr. Mukund Zarpkar
Vice President, Clinical Research, BA
& BE Studies, Lifesun CRO, Mumbai



Dr. Packiaraj JM
Vice President - R&D & Business Develop-
ment, Hibrow Healthcare Pvt. Ltd.



Mrs. Payal Surve
Consultant, Mumbai



Dr. R S Shetty,
Consultant Mumbai



Mr. Suresh Kamath
Vice President - Formulations (Goa) Centaur
Pharmaceuticals Pvt. Ltd., Mumbai



Mr. K. K. Vinupal
Director, Solistaa Pharmaceuticals
Private Limited, Puducherry, India



Dr. Satish Sawant
Vice President Quality Control Sami-
Sabinsa Corporation Bangalore



Mr. S. Vanchinathan
Sr Vice president Technical at Fourrts
(India) Laboratories Pvt Ltd Chennai



Mr. TNC Nair
Consultant & Former Senior Director
Quality and Engineering, T J M Phos
Bangalore



Mr. Adithan AG
General Manager, Packaging
Development
Himalya Wellness Bangalore



Mr. Shankar
General Manager Marketing
Delvin Pharmaceuticals Ltd. Chennai



Mr. P Padmadas
Managing Director, Akesiss,
Pharmaceutical Pvt Limited, Kochi



Ms. Smitha Thazhathidath
Manager - Technical Marketing
Sami-Sabinsa Group Bangalore



Mr. Ramalingam
Associate Vice President Fourrts (India)
Laboratories Pvt Ltd Chennai

Module9b : Quality Control Part-B

(Quality control and stability testing of Pharmaceutical and Nutraceutical products)

Dr. Satish N. Sawant

Vice President,
Quality Control and Analytical R&D
Sami-Sabansa Group Ltd., Bangalore



Module Description:

The module has the following sub topics:

1. Quality Control and its need
2. Aspects of Quality Control
3. Differences between Quality Control and Quality Assurance
4. Stability study and its need
5. Guidelines for Stability study

Expected learning outcomes:

After completion of the module, the participants are able to

- a. Outline the difference between Quality Control and Quality Assurance
- b. Explain different Quality Control tests and their significance
- c. Explain the objective and rationale of stability study
- d. Outline the factors affecting stability
- e. Describe the significant changes in Stability study

Module 10 A: Materials Control & Management: Manufacturing of Oral and Topical dosage forms

Mr. S. VANCHINATHAN

Senior Vice President
M/s.FOURRTS (INDIA) Laboratories
Private Limited, Chennai



Mr. M. Ramalingam

Plant Head and Associate Vice president
Fourrts (India) Laboratories, Unit II,
Chennai.

Module Description:

The module provides the scientific methods employed in managing the materials in pharmaceutical warehouse and the salient steps involved in the manufacture of oral and topical dosage forms

Learning objectives:

The participant will be getting exposed to various process in the manufacturing techniques of Oral solid dosage forms and the topics preparations.

a. Material management in stores:

- Importance of vendor qualification and receipt of materials from the approved vendors
- Documentation requirement in stores
- Storing and dispensing of the materials in an orderly manner in order to Prevent contamination
- Importance of following the sequence of material dispensing -excipients, API, Color, flavor and Solvent
- Requirement of dispensing the materials on the basis of “First-expiry – First-out”
- Storing of materials in a suitable temperature and humidity condition to preserve the integrity of materials
- Importance of maintaining the identity and traceability of materials
- Importance of keeping the rejected materials in safe custody.

b. *Manufacture of Tablets and capsules:*

- General requirements for the manufacture of tablets and capsules
- Importance of establishing hold time for the product at various stages of processing
- Types of granulation employed in the manufacture of tablets
- Steps involved in compressing the granules
- Types of coating and their benefits
- Process steps followed and machineries used in the manufacture of hard and soft gelatin capsules
- Control parameters and their responses in the manufacture of Tablets and Capsules
- In-process tests followed in the manufacture of tablets and capsules

c. *Manufacture of liquid dosage form:*

- Monophasic and biphasic systems of oral liquids
- Equipments used in liquid manufacturing
- Applicable Schedule M requirements for liquid manufacturing
- Process steps used, control variables employed and the responses measured in the product

d. *Topical preparations:*

- Basics on ointment cream and gel
- Equipment used in cream, ointment and gel manufacturing
- Process variables and the corresponding responses elicited in the product
- In-Process checks carried out for the products

Learning outcomes

After the completion of the module the students will be able to

- a. Outline various material management in the warehouse

- b. Explain the process in manufacturing of tablet and capsules
- c. Describe the manufacturing of oral liquid preparations
- d. Outline the manufacturing each of topical preparation

***Module 10 B:
Manufacturing of Sterile Products***

Mr. TNC Nair

Pharma Consultant, Bangalore



Module Description:

The module has the following sub topics:

1. Basics of HVAC used in Pharma industry
2. Area classifications/air changes
3. Basic utilities(water, air and Nitrogen-generation)
4. WFI Generation and distribution

The Learning objectives are:

- a. Understand the typical sterile production process
- b. Outline the facility, equipment and utilities associated with sterile products
- c. Show the needs of Validation and on-going monitoring
- d. Understand the key attributes of a sterile product and its impact on the end user--
- Patient

Expected learning outcomes:

After completion of the module, the participants are able to

- a. Visualize a how a sterile manufacturing plant works
- b. Explain facility, equipment and utilities associated with sterile products
- c. Promote competitiveness in interviews/ exams

PHARMA

QUIZ

Dr. Swathy Pradeep. Pharm D

1 Who is known as the first Pharmacist in the World ?

2 Which PHARMACY is designated to be the oldest in the world ?

3 Who is recognized as the first female Pharmacist in the World ?

4 Who is known as the: father of Indian Pharmacy education ?

5 Who is the richest graduated pharmacist in the world ?

6 Which is world's oldest Pharmaceutical company run by a family ?

7 Name the Pharmacist who invented the most popular drinks Coca-Cola ?

8 Who is the FIRST pharmacist in India ?

9 Which country heads the first place in pharmaceutical innovation globally ?

10 Which country is world's largest supplier of generic medications and vaccines ?

Answers @ Page 23

ADVERSE DRUG REACTIONS (ADR) & THEIR MANAGEMENT

PART-8



The risky categories

Renal and Hepatic Impairment

Most drugs are metabolized by the liver and excreted by the kidneys. Impairment or failure of either of these organs can affect drug absorption, distribution, bioavailability, CYP metabolism, and clearance.

Monitoring the laboratory values and adjusting the doses of drugs using these metabolic and excretory pathways can prevent an ADR.

Physiologic changes in patients with hepatic impairment can influence drug dosing. The presence of ascites in a patient with cirrhosis can alter volume of distribution, affecting the bioavailability and elimination half-life of some drugs and potentially leading to an increased risk of ADRs.

And the presence of portosystemic shunts can lead to increased bioavailability and serum drug concentrations, often necessitating a dose reduction in drugs such as antipsychotics, antianxiety agents, sedatives, antiparkinson drugs, and antidepressants.

Drugs that undergo extensive hepatic first-pass metabolism should be used cautiously in patients with hepatic impairment. For example, the

bioavailability of propafenone triples in a patient with hepatic impairment, and the dose should be reduced by 2- to 3-fold. If the dose is not reduced and the patient is not closely monitored, a serious ADR (e.g., ventricular arrhythmia) can occur and result in hospitalization or even death. Special consideration should be given to identifying and, if possible, avoiding drugs that undergo extensive hepatic first-pass metabolism in patients with hepatic impairment. Pharmacovigilance can be used to assist prescribers with dosing or alternative drug selection in these patients.

Genetic Variations

Once considered non-preventable, some ADRs may now be preventable because of the emerging field of pharmacogenomics. Using pharmacogenomic testing to provide personalized medicine can maximize therapeutic benefit and avoid or reduce the incidence of ADRs.

If a patient is identified as having a genetic predisposition for an ADR to a particular medication, the detrimental effects associated with the potential toxicity can be avoided by prescribing a different medication ●

To be continued

INTERNATIONALLY PATENTED NUTRACEUTICAL MOLECULES FROM **SAMI DIRECT**

Sami Direct Marketing Pvt Ltd, Koramangala, Bengaluru, Karnataka-560034, the marketing company of Sami Sabinsa Group founded by Dr. Muhammed Majeed is engaged in selling the patented Nutraceutical products formulated by their team.

The 100% natural ingredients with patents can give optimum health benefits, useful to maintain the body with positive energy.

Some of the fast moving products are narrated below.

Sami Direct Glycacare

GlycaCare™ is a unique composition containing herbal extracts and nutrients that help to support healthy blood sugar level. Blood sugar level is tightly regulated as a part of metabolic homeostasis, by the hormone insulin. Impaired insulin secretion due to genetic or diet and lifestyle factors, or the inability to use insulin i.e insulin resistance encountered sometimes in obese individuals, impact glucose homeostasis. Failure to maintain blood glucose in the normal range leads to conditions of persistently high (hyperglycemia) or low (hypoglycemia) blood sugar.

Diabetes mellitus, characterized by persistent hyperglycemia is the most prominent disease related to failure of blood sugar regulation. If left unchecked, it can lead to a number of serious health problems including blindness, kidney disease, stroke and heart disease.

GlycaCare™ formulated by Sami Sabinsa research team contains effective ingredients that support normal blood sugar levels, when combined with a healthy diet and lifestyle.



Composition

GlycaCare™ is a proprietary blend of Sabinsa's Momordica®, Silbinol®, *Bioperine® chromium picolinate, Zinc monomethionine and cinnamon extract which help in the management of diabetes mellitus and has US & International Patents.

Suggested Usage - One tablet three times daily before meals with water or buttermilk.

VITA ESSENTIALS

Vita Essentials™ is a blend of multivitamin and mineral complex supplement, made more effective with the addition of “bioavailability enhancers” using Sabinsa's bi-layer technology named INCT™ (Integrated Nutritional Composites). This technology facilitates the precise release of the ingredients according to its nature. It is added with the Indian Ginseng (Aswagandha) extract also to improve vigor and vitality. The bi-layered tablet enables the appropriate release of the vital ingredients overcoming the chemical incompatibility of the various ingredients combined in it. Vitamins play a vital role in the maintenance of healthy bones, skin, hair and vision. They also help manage all vital body functions, protect against infections and speed up recovery after illness. They also help support energy production while promoting fresh and healthy blood formation.

It contains minerals like Calcium citrate Maleate, Magnesium citrate, Zinc Monomethionine, Copper Lysinate, Withania somnifera (Aswagandha) root extract, Vitamin D3, Carbonyl Iron, D-Alpha tocopheryl acetate, Bio perine, Manganese glycinate, Retinyl acetate, D-panthenate calcium, Vitamin B1, Vitamin B6, Riboflavine, D-Biotin, Vitamin D3, Vitamin B12, Chromium chloride, L-Selino methionine

It is treated as a nutritional supplement and is not meant for medicinal use.

Usage:-One tablet along with morning meal or as advised by the healthcare professional.

It should be stored in a cool dry place.



3.Omega Bio- Plus

Omega Bio-Plus is a nutritional supplement with a unique blend of natural vegetable sourced Omega-3, 6 and 9 fatty acids. It provides the natural essential fatty acids that our body requires. The fatty acids composition is combined with sesame oil antioxidants and a bioavailability enhancer BioPerine.

Omega fatty acids are a health requirement for every man, woman, and child, young and old as they form crucial building blocks to maintain a healthy body. Essential fatty acids are required for energy production in the body, cardiac function, health of hair, skin, and nails, hormone production, brain function, and for the integrity of the very structure of cells. Regular use of omega fatty acids is found to have a positive benefit on the circulatory system.

This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease.

Omega Bio-Plus is a nutritional supplement with all plant sourced Omega-3, 6 and 9 fatty acids that supports in:

- Heart Health
- Reducing bad cholesterol (LDL) and improving good cholesterol (HDL)
- Healthy skin hair and nails
- Healthy immune system

Omega Bio Plus is formulated from vegetarian sources of the three fatty acids, namely Olive, Safflower & Flaxseeds.

Olive:

The antioxidant nutrients in black olives impede this oxidation of cholesterol, thereby helping to prevent heart disease. Olives do contain fat, but it's the healthy monounsaturated kind, which has been found to shrink the risk of atherosclerosis and increase good cholesterol.

Flax:

The first unique feature of flax is its high omega-3 fatty acid content. Among all 127 World's Healthiest Foods, flaxseeds comes out number one as a source of omega-3s! High-lignan content, and mucilage gums—is a key factor in the unique health benefits of flaxseeds.



Safflower:

Safflower oil has been shown to have a very high content of omega-6 fatty acids. This acid can help the body to keep a healthy balance of cholesterol in the body, which decreases the chances of developing deposition of fatty material on their inner walls of arteries.

Omega Fatty Acids:

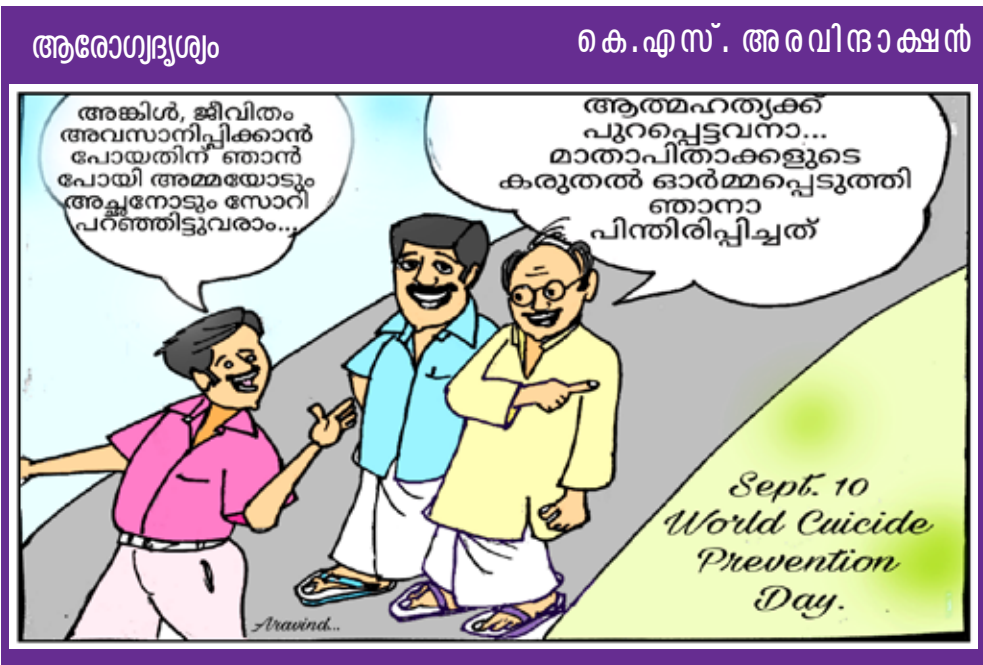
The three essential fatty acids that need to be included in our diet are omega-3, 6 & 9 fatty acids. Research states that Omega 3 essential fatty acids are associated with lowering coronary heart risks and many other diseases. It also helps support brain health and prevent cancer. Omega 6 fatty acids play an important role in brain and heart function while supporting normal growth. Omega 9 fatty acids reduce hardening of the arteries in the heart and improves immune function.

Sesamin Complex:

Sesame Lignans are potent antioxidants with a distinct cascading antioxidant activity.

BioPerine® is obtained from the dried fruits of Piper nigrum (black pepper) and is standardized form of Piperine. BioPerine® has been used as a bioavailability enhancer.

Usage: One soft gel capsule in the morning and one at night before meals ●



World Pharmacist Day 2022

DR. ANANTHAKRISHNAN



A day to remember the services of the Pharmacy Profession

World Pharmacists Day Quotes

1. "It is easy to get a thousand prescriptions, but hard to get one single remedy." - Chinese Proverb
2. "Water, air, and cleanness are the chief articles in my pharmacy." - Napoleon Bonaparte
3. "I also became interested in chemistry and gradually accumulated enough test tubes and other glassware to do chemical experiments, using small quantities of chemicals purchased from a pharmacy supply house." - Sydney Brenner
4. "The marvelous pharmacy that was designed by nature and placed into our being by the universal architect produces most of the medicines we need." - Norman Cousins
5. "Bags and boxes of the iconic confections begin filling pharmacy shelves in early January each year, replacing what's left of the season's marked-down Christmas candy." - Deborah A. Levine
6. "Pharmacists have and will continue to affect in positive ways our nation's health care system and lead from many types of positions and in many practice settings." - Paul W. Abramowitz
7. "You can't go to the pharmacy to buy a pack of experience, you have to be in those games in order to acquire that experience." - Bob Hartley
8. "If you need a prescription drug, you may be able to find it at your local pharmacy, or a less expensive generic version may be available." - Amanda Walker
9. "I think that the practice of medicine, the science of it, has become 50% pharmacological so that doctors are like walking pharmacies." - Caroline Myss
10. "The best and most efficient pharmacy is within your own system." - Robert Peale

The role of Pharmacist starts from the Greek god of healing, Asclepius, who delegated compounding of his remedies to Hygieia, his apothecary or Pharmacist. At that time, healing and Pharmacy went hand-in-hand and were usually considered as the same practice. Now, Physicians can not prepare medications for their patients themselves. New drugs are introduced continuously into the market, and the Pharmacist's role is clearly defined than ever. Present day Pharmacist performs multiple vital duties like identification, selection, research & development, formulation, manufacturing, regulation, marketing and providing the right medication, overseeing stocking and restocking of medicines etc. To honour these performances of the Pharmacist, the International Pharmaceutical Federation (FIP), the global body of all Pharmacists, has started World Pharmacist day on 25th September to mark the day of its establishment in 1912.

This year's theme is Pharmacy united in action for a healthier world, selected to showcase pharmacy's impact on global health & to further strengthen solidarity among the profession.



Mr. P.V. Ramprasad Reddy & Mr. K. Nityananda Reddy had founded Aurobindo Pharma in 1986 and commenced operations in 1988-89 with a single unit manufacturing Semi-Synthetic Penicillin (SSP) at Pondicherry and is now the market leader in Semi-Synthetic Penicillins. It has presence in neurosciences, cardiovascular, anti-retrovirals, anti-diabetics, gastroenterology and anti-biotics, among others. Currently the company has 22,000+ employees globally, 7 R&D centres with a team of 1,600+ professionals and 27 manufacturing facilities worldwide.

The company is the second-largest generic company in the US & holds 8th rank in Europe rank among the top 10 companies. Its Total Sale is around Rs 22,232 Cr.

The R&D Center, in Hyderabad covers over 13,000 sq.m, employs a multi-disciplinary team of over 700 scientists and meets c GLP requirements. It is now focused on the areas of organic synthesis, analytical research, dosage form development, pharmacology, bio-equivalence studies and drug delivery systems.

The instrumentation and analytical knowledge base at the Centre facilitate:

- ◆ Complete impurity profiling in all products developed.
- ◆ Development of analytical methods and specifications from raw materials, to non-sterile finished products.
- ◆ In-house synthesis of reagents for analysing organolithiums and noble metals.
- ◆ Accelerated and real-time stability studies.

The Company is committed to develop innovative technologies and creating a knowledge base in chemical synthesis, high quality generic formulations and development of drug delivery systems. The infrastructure includes:

- Dedicated area and labs to handle potent substances like hormones.
- Process Development and Scale-up Labs attached to the manufacturing unit.
- An NDDS laboratory with specialized capabilities like nano-technology, hot melt extrusion, etc.
- A unit to develop parenteral dosage forms ranging from vials to ampoules to pre-filled syringes to large volume parenterals.
- A unit to develop ophthalmic and nasal products using the BFS technology.
- Supporting dedicated packaging development labs with multifeeder BQS machinery capable of various packs including multi-product-in-a-blister.
- Dedicated analytical laboratories with UPLC's, ion chromatography, an amino acid analyser, particle size and particle surface area analyser, hot stage microscopy, USP Type III and Type IV apparatus etc.
- A bio-equivalence laboratory approved by various regulatory bodies like USFDA, MHRA and WHO etc.
- A team of over 500 scientists dedicated to development of generic formulations, many of which are first-to-file.
- More than 180 patent applications have been filed by a dedicated IP team.
- The scientific team is supported by two separate project management teams dedicated to oral solids and parenteral portfolios. A group of more than 150 supports all regulatory filings across various geographies ●

REGISTERED OFFICE

Aurobindo Pharma Limited,
Plot no. 2, Maitrivihar,
Ameerpet, Hyderabad-500038
Telangana, Phone: +91 (40) 6672 1200
Email: info@aurobindo.com

നിങ്ങളുടെ ഔഷധ സംബന്ധമായ സംശയങ്ങൾക്ക് എഴുതുക.

To,
The Editor, Pharma First
1st Floor, Marymatha Apartments, Piravom Road,
Muvattupuzha-686661. editorial@pharmafirstconsulting.com



Q.1 എനിക്ക് ആയുർവ്വേദ മരുന്നുകളുടെ മൊത്തവ്യാപാരമാണ്. അതിനിടെ ചില മെഡിക്കൽ സ്റ്റോറുകാർ റീപാക്ക് ചെയ്ത യൂക്കാ ലിപ്റ്റസ് ഓയിൽ, കാസ്റ്റർ ഓയിൽ, വൈറ്റ് ലിനിമെന്റ്, ടർപ്പിന്റേയ്ൻ ലിനിമെന്റ്, മാഗ്നീസിയം ഓയിൽസ് എന്നീ മരുന്നുകളും ഓർഡർ തരാറുണ്ട്. അത് നിർമ്മാതാക്കളിൽ നിന്നും വാങ്ങി വിൽക്കുന്നതിന് പ്രത്യേകം ലൈസൻസ് ആവശ്യമുണ്ടോ ?

ജലീൽ മുഹമ്മദ്, ഇഴറാറ്റുപേട്ട, കോട്ടയം

Ans. മേൽസൂചിപ്പിച്ച മരുന്നുകൾ ഒന്നും ആയുർവ്വേദ വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നവയല്ല. ഇവയെല്ലാം അലോപ്പതി മരുന്നുകളായി കണക്കാക്കിയാണ് റീപാക്കിങ്ങ് ലൈസൻസ് നൽകിയിരിക്കുന്നത്. കേരളത്തിൽ ഇത്തരം പത്തോളം കമ്പനികൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. അവ മൊത്തമായോ ചില്ലറയായോ വിൽക്കുന്നതിന് ഡ്രഗ്സ് കണ്ട്രോൾ വകുപ്പിൽ നിന്നും നിയന്ത്രിത ലൈസൻസ് നൽകുന്നുണ്ട്. ജില്ലാ ഡ്രഗ്സ് ഇൻസ്പെക്ടർ ഓഫീസിൽ ബന്ധപ്പെട്ടു അപേക്ഷ സമർപ്പിക്കുക. ലൈസൻസ് ഇല്ലാതെയുള്ള വിൽപന നിയമപ്രശ്നങ്ങളിൽ കൊണ്ടെത്തിക്കും.

Q.2 ഏതെല്ലാം ഉല്പന്നങ്ങൾ നിയമപ്രകാരം മെഡിക്കൽ സ്റ്റോറുകളിൽക്കൂടി വിൽപന നടത്താം? എല്ലാ ആയുഷ് മരുന്നുകളും വില്പനാ ലൈസൻസ് ഇല്ലാതെ തന്നെ ഇംഗ്ലീഷ് മരുന്നുകൾ വഴി വിൽക്കാമോ ?

മാത്യു ജോസഫ്, വാളകം, കൊട്ടാരക്കര

Ans. മരുന്ന് വില്പനയ്ക്കുള്ള റീറ്റെയ്ൽ ലൈസൻസ് അനുവദിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു കടയിൽ നിന്നും ഷെഡ്യൂൾ എക്സ് വിഭാഗത്തിൽ പെടുന്നവയല്ലാത്ത (അതിനു പ്രത്യേക ലൈസൻസ് (20) എടുക്കാൻ പറ്റും) എല്ലാത്തരം മരുന്നുകളും വാങ്ങി, പ്രദർശിപ്പിച്ചു വിൽപന നടത്താം. അതിനു ഫോം 20 & 21 ലൈസൻസാണ് നൽകുക. ആയുഷ് വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്ന ഹോമിയോ മരുന്നുകൾ വാങ്ങി വിൽപന നടത്തുന്നതിന് പ്രത്യേക ലൈസൻസ് (ഫോം 20 സി) എടുത്തിരിക്കണം. ഇവ കൂടാതെ സ്റ്റേഷനറി ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ, ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ (വിൽപന ലൈസൻസ് എടുക്കണം), ആയുർവ്വേദ, സിദ്ധ, കോസ്മറ്റിക്സ് സർജിക്കൽ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ, വെറ്ററിനറി മരുന്നുകൾ എന്നിവയും വിൽക്കാം. വിഷ വസ്തുക്കൾ വിൽക്കുവാൻ പ്രത്യേക പോയ്സൺ ലൈസൻസ് എടുത്തിരിക്കണം. ഡ്രഗ്സ് ലൈസൻസിന് അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ

ത്തന്നെ മരുന്നുകൂടാതെ എന്തെല്ലാം ഉൽപ്പന്നങ്ങളാണ് വിൽക്കാനുളണ്ടിരിക്കുന്നത് എന്ന് അപേക്ഷയിലെ ഒരു ചോദ്യാവലിയിലൂടെ അറിയിക്കണം.

Q.3 മെഡിക്കൽ സ്റ്റോറുകളിൽ നിന്നും വാങ്ങുന്ന എല്ലാ മരുന്നുകൾക്കും ബില്ലിന് നിർബന്ധമായും ചോദിച്ചു വാങ്ങേണ്ടതുണ്ടോ? രോഗികളുടെ കൈയിൽ മരുന്നിന്റെ ബില്ലിന് സൂക്ഷിക്കാതിരുന്നാൽ എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നമുണ്ടോ ?

മനോഹരൻ എസ്, വൈക്കം

Ans. നിയമപ്രകാരം മരുന്നുകൾക്കായി നിന്നും വിൽക്കുന്ന എല്ലാ മരുന്നുകൾക്കും (അത് ഡോക്ടർ നിർദ്ദേശിച്ചതായാലും, അല്ലെങ്കിലും) ശരിയായ ബില്ലിന് ഉപഭോക്താവിന് നൽകണമെന്നാണ്. ആ ബില്ലിന് വെറുതെ തുണ്ടു കടലാസ്സിൽ എഴുതി കൊടുക്കേണ്ടതല്ല. ബില്ലിൽ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പൂർണ്ണമായ മേൽവിലാസം, ഡ്രഗ്സ് ലൈസൻസ് നമ്പർ, രോഗിയുടെ പേരും വിലാസവും, ഡോക്ടറുടെ പേരും രജിസ്ട്രേഷൻ നമ്പറും, മരുന്നിന്റെ പേര്, ബാച്ച് നമ്പർ, കാലാവധി തീയതി, നിർമ്മാതാവിന്റെ പേര്, കൃത്യമായ എണ്ണവും വിലയും, താഴെ ഫാർമസിസ്റ്റിന്റെ ഒപ്പും നിർബന്ധമായും ഉണ്ടാവണം. ശരിയായ ബില്ലിന് ഇല്ലാത്ത മരുന്ന് കൈയിൽ സൂക്ഷിച്ചാൽ ഒരു ഡ്രഗ്സ് ഇൻസ്പെക്ടർക്കു നിയമപ്രകാരം നടപടിയെടുക്കാം. ബില്ലുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ എന്തെങ്കിലും പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ തുടർ ചികിത്സ എടുക്കാൻ കഴിയൂ. മരുന്ന് മാറിയാലും, വില കൂടുതൽ എടുത്താലും, കാലാവധി കഴിഞ്ഞ മരുന്ന് വിറ്റാലും രോഗിക്ക് പരാതി നൽകാൻ ശരിയായ ബില്ലിന് നിർബന്ധമാണ്.

- Pharma Quiz Answers**
- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| 1. Jonathan Roberts | 6. Merck |
| 2. Santa Maria Novella Pharmacy | 7. John Pemberton |
| 3. Elizabeth Gooking Greenleaf | 8. Bishnupada Mukerjee |
| 4. Mahadeva Lal Schroff | 9. United States |
| 5. Navinchandra Jamnadas Engineer | 10. India |



ചില്ലറ വ്യാപാരികൾക്കുള്ള ട്രേഡ് മാർജിൻ

ഒരു ഷയ വിൽപ്പനമേഖല കടുത്ത മത്സരം നേരിടുന്ന ഈ കാലത്തു സ്ഥാപനം തുടങ്ങുന്നതിനു മുൻപ്തന്നെ അതിന്റെ വിജയ സാധ്യതയെപ്പറ്റി വിശദമായ പഠനം നടത്തിയിരിക്കണം. എന്തെങ്കിലും വ്യക്തി താല്പര്യമോ ആരോടെങ്കിലുമുള്ള വാശിയോകൊണ്ട് തുടങ്ങേണ്ട കച്ചവടമല്ല ഔഷധവ്യാപാരം. മകനോ മകളോ അടുത്ത ബന്ധുക്കളോ ഫാർമസിസ്റ്റ് ആയി തൊഴിൽ ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതുകൊണ്ട് സ്ഥാപനം തുടങ്ങുന്നവരുണ്ട്. സ്വന്തമായി മുറിയുള്ളതുകൊണ്ടും ഏതെങ്കിലും സുഹൃത്തുക്കളോ ബന്ധുക്കളോ കുറഞ്ഞവാടകയ്ക്ക് മുറി നൽകാൻ തയ്യാറാകുന്നത് കൊണ്ടും ചിലർ മെഡിക്കൽ സ്റ്റോർ ബിസിനസ്സ് തുടങ്ങാറുണ്ട്. ഇങ്ങനെ കൂടുതൽ ചിന്തിച്ചില്ലാതെ എടുത്തുചാടി കട തുടങ്ങുന്നവർ സ്ഥാപനം നടത്തിക്കൊണ്ടു പോകാൻ വളരെ ബുദ്ധിമുട്ടുന്നതായി കാണാം. തുടങ്ങി ഒരു വർഷം എത്തുമ്പോൾതന്നെ സ്ഥാപനത്തിന്റെ ഭാവി അറിയാൻ കഴിയും. മുടക്കു മുതലും, സ്റ്റോക്കും, കച്ചവടവരുമാനവും, കാലാവധി കഴിഞ്ഞ അവശ്യമരുന്നുകളും, പുതിയ ബാധ്യതകളും പരിശോധിച്ചാൽ സ്ഥാപനം തുടരണോ വേണ്ടയോ എന്നറിയാൻ കഴിയും. 12 മാസക്കാലത്തെ വിവിധ സീസണുകളിലെ കച്ചവടം വിശദമായി പരിശോധിച്ചാൽ എപ്പോഴാണ് കച്ചവടം കൂടിയതെന്നും വളരെ കുറഞ്ഞതെന്നും അതിന്റെ കാരണങ്ങൾ എന്തൊക്കെയെന്നും അറിയാൻ കഴിയും. കട തുടങ്ങിയ ശേഷം ഉടനെ നിർത്താനും കഴിയില്ല. വ്യാപാര സംഘടനയിൽ അംഗമായി ഒരുവർഷം പൂർത്തിയാകുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന ആനുകൂല്യങ്ങൾ ക്രെഡിറ്റ് സൗകര്യം, കാലാവധി കഴിഞ്ഞ മരുന്നുകൾ തിരിച്ചെടുക്കൽ, ലോൺ സൗകര്യം പരമാവധി ഉപയോഗിച്ച് സ്ഥാപനം മുൻപോട്ടു കൊണ്ടുപോ

കുന്നവരുണ്ട്. പക്ഷെ, ഇതൊരു ലാഭകരമായ തൊഴിലോ, കച്ചവടമോ ആക്കി മാറ്റാൻ കഴിയില്ല എന്നു മനസ്സിലാക്കിക്കഴിഞ്ഞാൽ കൂടുതൽ കേടുപാടുകൾ കൂടാതെ വൈവിധ്യത്തിലേയ്ക്ക് മാറുന്നതാണ് നല്ലത്. സ്ഥാപനത്തെ ഉന്നതിയിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ കഴിയുന്ന അനുബന്ധ സംവിധാനങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തി മുന്നോട്ടു നീങ്ങാവുന്നതാണ്. ഉദാ: മെഡിക്കൽസ്റ്റോറിനോട് ചേർന്ന് ഡോക്ടർമാർക്ക് പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യാനുള്ള സൗകര്യം ഏർപ്പെടുത്തുക, രോഗ നിർണ്ണയ ലബോറട്ടറികൾ തുടങ്ങുക, ഒപ്റ്റിക്കൽ സ്റ്റോർ, ഫിറ്റ്നസ്സ് സ്റ്റോർ, വെറ്റിനറി/ പെറ്റ് സ്റ്റോർ എന്നിവയും partnership വ്യവസ്ഥയിൽ തുടങ്ങാം. ഇത്രയും സൗകര്യങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്താൻ സാധിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഏറ്റവും അടുത്തുതന്നെ കൂടുതൽ സാധ്യതയുള്ള ഒരു സ്ഥലത്തേയ്ക്ക് സ്ഥലം മാറാം. മരുന്നുകളുടെ ചില്ലറ വിൽപ്പനയോടൊപ്പം സ്ഥല സൗകര്യം ഉണ്ടെങ്കിൽ മൊത്ത വ്യാപാരവും ആരംഭിച്ചാൽ കുറഞ്ഞ വിലയ്ക്ക് മരുന്നുകൾ മൊത്തമായി വാങ്ങാനും കച്ചവടം ലാഭകരമാക്കാനും പറ്റും. മൊത്തവ്യാപാരം നടത്താൻ മരുന്നുകൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ചില്ലറ വ്യാപാരം നടത്താൻ സാധ്യതയുള്ള വിഭാഗം മാത്രം തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. മരുന്ന് എന്ന വസ്തു വിൽക്കുന്നതിന് ഒരാൾ അതെഴുതുകയും, മറ്റൊരാൾ അത് നിർബന്ധപൂർവ്വം വാങ്ങുകയും ചെയ്താൽ മാത്രമേ കഴിയൂ. ഒരു കടക്കാരൻ എന്തെല്ലാം സൗകര്യങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തിയാലും മരുന്നു വില്പന ലാഭകരമാക്കാൻ ശരിയായ നിരീക്ഷണവും, സമയത്തുള്ള വൈവിധ്യവൽക്കരണവും, ഒരുപരിധി വരെ ഭാഗ്യവും വേണം തുടരും

Know the Laws of Drugs

THE COSMETICS RULES 2020 – SALIENT FEATURES

PART - 35

Adv. BIPIN. J.

MINISTRY OF HEALTH (Department of Health and Family Welfare) Government of India, New Delhi, vide NOTIFICATION No. G.S.R. 763(E) dated 15th December, 2020 amended the Drugs and Cosmetics Rules 1945.

9. Powers, duties and functions of Inspectors specially Authorised to inspect manufacture and sale of cosmetics.

(1) Subject to the instructions of the controlling officer, it shall be the duty of an Inspector appointed under section 21 of the Act by the State Government (SG), authorised to inspect the manufacture of cosmetics,—

(i) to inspect not less than once in a three year, all premises licensed to manufacture cosmetics within the area allotted to him to satisfy himself that the conditions of the licence and provisions of the Act and Rules there under are being observed;

(ii) to send a detailed report after each inspection to the controlling officer indicating the conditions of the licence and provisions of the Act and rules there under which are being observed and the conditions and provisions, if any, which are not being observed;

(iii) to institute prosecution in respect of breach of the Act and Rules there under.

(iv) take samples of cosmetics manufactured or imported for sale, or stocked or exhibited for sale in respect of which the inspector has reason to suspect contravention of the provisions of the Act or these rules and send them for test or evaluation;

(v) maintain a record of all inspections undertaken,

drawing of samples, seizure of stocks and

action taken by inspector in exercise and performance of duties and to furnish copies of such record to the Central Licensing Authority(CLA) or state Licensing Authority(SLA), as the case may be;

(vi) make such enquiries and inspections as may be necessary to detect the manufacture or sale of cosmetics in contravention of any provision of the Act and these rules;

(vii) investigate any complaint made in writing relating to cosmetic to the inspector or any other senior officer in accordance with the direction of the controlling officer;

(viii) review technical dossier of cosmetic furnished with the application under these rules or any

other duties assigned by the CLA or SLA as the case may be, related to these rules:

(2) Without prejudice to the duties and functions assigned to the Inspector appointed by the SG under sub-rule (1) such duties and function may, as and when directed by CLA or DCGI(Drugs Controller General of India) or controlling officer shall be discharged by the Inspector appointed by the Central Government(CG) under section 21 of the Act.

10. Prohibition of disclosure of information.

Except for the purposes of official business or when required by a court of law, an Inspector shall not, without the sanction in writing of his official superior, disclose to any person any information acquired by him during the course of his official duties ●

To be continued

Common Homeopathic Remedies

Part-21

Dr.Anilkumar.V.

This serial contains a review of commonly used Homeopathic medicines for treating Acute and Chronic diseases by referring Materia medica which narrates the homoeopathic remedies authentically.

IGNATIA AMARA

The remedy Ignatia is Prepared from the poisonous fruit of the tree Ignatius amara native to the Philippines and parts of China. The beans contain strychnine, a bitter substance used in rat poison and is fatal to humans if taken in large doses. Small doses cause headaches, loss of appetite, cramps, muscle twitching, trembling, frightening dreams, cold sweat, nervous laughter, and giddiness. Ignatia is one of the best homeopathic remedies for insomnia occurring from extreme shock, grief, or emotional stress. The patient becomes very moody, jerks his limbs during sleep, and experiences disturbing dreams.

The homeopathic medicine prepared from the beans is widely used to treat lot of complaints related to the mind. It is useful to treat depression without any risk of causing dependency, especially for patients who show classic symptoms like sadness, sighing, sobbing, weeping, loneliness and brooding.

USEFUL IN TREATING THE FOLLOWING CONDITIONS

- Sleeplessness arising from depression, grief, worries, care, sadness, and anxious thoughts.
- Headaches in persons of highly nervous and sensitive temperaments and arising from grief, anxiety, mental works.
- A constant dry, hacking, and spasmodic cough is indicative of the use of this medicine. There is also severe irritation in the larynx and trachea.
- The sensation of a 'lump' in the throat that a person is unable to swallow, usually arising from anxiety.
- Gastric complaints caused by worries, grief, and depression. Also acts in cases of irritable bowel syndrome that are linked with depression and grief.
- Colic that gets worse with the consumption of coffee or sweets and a distended abdomen, causing difficulty in breathing.
- Diarrhea with specific symptoms, that develops as a result of emotional stress like grief.
- Piles, especially in cases where the rectum prolapses from moderate straining at stool.
- For emotional disturbance and anxiety depression, Schizophrenia,
- Ignatia Amara 200 is best for mental depression & is suited for people suffering from mental disturbances due to broken relationships, loss of close person, failed love/romance (one sided affection)

MAJOR SYMPTOMS FOR IGNATIA AMARA INCLUDE

1. Overly idealistic view of life
2. Very industrious, working too hard to accomplish the ideals
3. Driven to do the right thing, perfectionism
4. Anxiety, fear of failure, anticipation that something bad will happen
5. Ailments that follow a shock, disappointment, grief, or failure
6. Nervous system irritability, irritable with anything that is said
7. Cramping, spasms, or abnormal contractions in any part of the body
8. Depressed mood, feelings of failure, guilt feelings
9. Inconsolable, desire to be alone

MODALITIES.- Worse, in the morning, open air, after meals, coffee, smoking, liquids, external warmth.

Better, while eating, change of position.

RELATIONSHIP.- Compare: Zinc; Kali phos; Sep; Cimicif. Panacea arvensis--Poor man's Mercury-- (Sensitiveness over gastric region with hunger but an aversion to food).

Complementary: Nat mur.

Incompatible: Coffea; Nux; Tabac.

Antidotes: Puls; Cham; Cocc.

DOSE.- SIXTH, TO 200TH POTENCY.

For acute and self-limiting complaints, take one pill or five drops of the remedy every 30 minutes to 4 hours (30 minutes for intense symptoms, 4 hours for milder ones) ●

Donepezil

It is a scheduled drug used to treat dementia associated with Alzheimer Disease either alone or with other drugs in combination. Donepezil is a reversible inhibitor of the enzyme acetylcholinesterase, available as film-coated tablets containing 5, 10, or 23 mg of Donepezil hydrochloride.

The recommended starting dosage is 5 mg once daily in the evening, just prior to retiring. The maximum for Alzheimer's disease is 10 mg per day, only after taking a daily dose of 5 mg for 4 to 6 weeks. It can be taken with or without food. The 23 mg tablet should not be split, crushed, or chewed. Allow the Oral Dispersible Tablets to dissolve on the tongue and follow with water.

Its serious side effects are slow heart beats, lightheadedness, new or worsening stomach pain, heartburn, nausea, vomiting, convulsions (seizures), painful or difficult urination, new or worsening breathing problems, bloody or tarry stools, and coughing up blood or vomit that looks like coffee grounds. The most common side effects include: nausea, vomiting, diarrhea, loss of appetite, muscle pain, sleep problems (insomnia), and feeling tired. Do not use the drug if there is allergy to donepezil or certain other drugs.



And tell the doctor if you have ever had: a heart rhythm disorder; a stomach ulcer; urination problems; asthma or other breathing disorder; liver or kidney disease a seizure; or trouble swallowing tablets.

Some products that may interact with this drug include: Aspirin/non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs, such as ibuprofen ,naproxen, celecoxib , diclofenac, indomethacin, meloxicam.

Using an NSAID with donepezil may increase your risk of stomach ulcer.

Overdose symptoms may include severe nausea, vomiting, drooling, sweating, blurred vision, feeling light-headed, slow heartbeat, shallow breathing, muscle weakness, fainting, or seizure convulsions.

Storage: Store at controlled room temperature, 15°C to 30°C (59°F to 86°F) ●

മാനസമിത്ര വടകം - ഒരു വിശകലനം

മനസ്സിന്റെ മിത്രം എന്നു പേരു സൂചിപ്പിക്കുന്ന ഈ ആയുർവ്വേദ ഗുളികകൾ മാനസ്സിക ബുദ്ധി മുട്ടുകൾ, ഉറക്കക്കുറവ്, ഓട്ടിസം, ഓർമ്മക്കുറവ്, ഉൽക്കണ്ഠ, വിഷാദരോഗം തുടങ്ങി അപസ്മാരം വരെയുള്ള ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പ്രയോജനം ചെയ്യുന്ന മരുന്നാണ്. ത്രിദോഷങ്ങളിൽ വാതപിത്ത ദോഷങ്ങൾ ശമിപ്പിക്കുന്നതിന് ഇതുപകാരപ്പെടുന്നു. മാനസിക പിരിമുറുക്കം, വിഷാദം, രോഗപ്രതിരോധശേഷി നഷ്ടപ്പെടൽ, അമിത ഉൽക്കണ്ഠ മുലമുള്ള അസുഖങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയെ പ്രതിരോധിക്കാൻ ഇതിനാകും. മാനസ്സിക ദൗർബ്ബല്യമുള്ളവരെ സാധാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് നയിക്കാൻ, മനസ്സും ശരീരവും ശക്തിപ്പെടുത്താൻ, തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനം ഉത്തേജിപ്പിക്കാൻ, രക്തചംക്രമണവും, ഓക്സിജൻ പ്രവാഹവും നിയന്ത്രിക്കാൻ ഈ മരുന്നിനു കഴിയുന്നു. അതുപോലെ രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിച്ചു രോഗാണുക്കളിൽ നിന്നും രക്ഷ നേടാൻ സാധിക്കുന്നു. 73 ആയുർവ്വേദ മൂലികകൾ ചേർന്ന ഔഷധമാണിത്.

ചേരുവകൾ

കുറുന്തോട്ടി വേര് (Sida cordifolia) ആന്റിഓക്സിഡന്റ്, ആന്റിവൈറൽ, വാത രോഗനിവാരണി, പ്രമേഹരോഗപ്രതിരോധം, വേദനപനി സംഹാരി, മുത്രവിസർജ്ജനം ത്വരിപ്പിക്കുക, കരൾ രോഗനിവാരണി, നാഡീഞരവ് രോഗപ്രതിരോധം, വള്ളിക്കുറുന്തോട്ടി - Grewiapopulifolia

കുവളം വേര് (Aegle marmelos): ത്രിദോഷങ്ങളെ സംതുലിതമാക്കുന്നു.

മുവില (Uraripecta) പ്രവൽ പിഷ്ടി (Coral): കാൽസ്യം കുറവ് പരിഹരിക്കുന്നു. എല്ലിനെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നു.

ശംഖുപുഷ്പം (Clitorea ternatea): ഓർമ്മശക്തി കൂട്ടുന്നു. മാനസ്സിക രോഗചികിത്സയ്ക്കും തലച്ചോറിനെ ഉത്തേജിപ്പിക്കാനും ത്രിദോഷങ്ങളെ സംതുലിതമാക്കാനും

പടിക (Tamrachuda Padika), സ്വർണ്ണഭസ്മം, പുഷ്കരമൂല - (Inula racemosa) മൃഗശൃംഗ ഭസ്മം (Bhasma made of deer horn), വയമ്പ് (Acorus calamus) മൂലപ്പാൽ (breast milk) ചന്ദനം (Santalum album), രക്തചന്ദനം (Pterocarpus santalinus) മുക്ത പിഷ്ടി (Paste prepared from Pearl), ലോഹഭസ്മം (Bhasma prepared from Iron), ഇരട്ടിമധുരം (Glycyrrhiza glabra)

കറുവ - (Cinnamomum zeylanicum), തിപ്പലി (Piper longum), സോമലത (Sarcostemma acidum), പതിമുഖം - (Prunus cerasus), കാട്ടുവെള്ളരി (Citrullus cholocynthis), -പൊങ്ങു, കരിനൊച്ചി (Vitex negundo), പാരിജാതം (Nyctanthes arbor-tristis), ചിറ്റരത്ത (Vanda roxburghi), രജത ഭസ്മം - Bhasma of silver, ശിലാജിത് - Asphaltum, ആനച്ചുവടി - Onosmabraceatum, ജീവകം - Malaxis acuminata, മഞ്ചിപ്പാല - Manilkarahexandra



(Roxb.), കക്കോലി - Fritillaria roylei, ക്ഷീര കക്കോലി - Roscoeapurplea, ചെറുവഴുതിന - Indian Nightshade (root) - Solanum indicum, കസ്തുരി - Musk

അടയ്ക്കാമണിയൻ - Sphaeranthus indicus, കിരിയാൽ (Andrographis paniculata), കണിക്കൊന്ന (Cassia fistula), ചടിച്ച - Grewiaasiatica, കടുക്ക - Chebulic Myrobalan- Terminalia chebula, താന്നിക്ക (Terminalia bellirica), നെല്ലിയ്ക്ക (Embllica officinalis) അമുത് (Tinospora cordifolia), നന്നാറി (Hemidesmus indicus), അടകൊടിയൻ - Leptadenia reticulate, വയസ്ത - Sarcostemma acidum, താമര (Nelumbium speciosum), അമുക്കുരം (Withaniasomnifera), മഞ്ഞൾ (Curcuma longa), രാമച്ചം (Vetiveri azizanioides), മുത്തിരിങ്ങ

(Vitis vinifera), വൻപയർ (Vigna cylindrical), കറുക (Cynodon dactylon), കയ്യാലപ്പനൽ (Adiantum philippense), ഗ്രാമ്പൂ (Syzigium aromaticum), തുളസി (Ocimum sanctum), കുങ്കുമം (Crocus sativus).

വിവിധതരം മരുന്നുകൾ കൂട്ടിച്ചേർത്തു യഥാവിധി ഗുളിക രൂപത്തിലാക്കി വായുവും വെളിച്ചവും കടക്കാത്ത കുപ്പികളിൽ പാക്ക് ചെയ്തു വിപണിയിൽ ഇറക്കിയിരിക്കുന്നു.

ഉപയോഗക്രമം: ഒരു ഗുളിക ഒരു ഗ്ലാസ് പാലിൽ ചാലിച്ചു കിടക്കാൻ നേരം ചുരുങ്ങിയത് ഒരു മാസം കഴിക്കുക. ശരിയായ ഡോസ് തീരുമാനിക്കുന്നത് രോഗിയുടെ പ്രായം, ലിംഗം, രോഗചരിത്രം എന്നിവയനുസരിച്ചാണ്

പാർമഫസ്റ്റ് ഗവേഷണ വിഭാഗം

World Suicide Prevention Day -Sept. 10

ആത്മഹത്യയാ പ്രവണത



ഇന്ന് മാധ്യമങ്ങളിൽ സർവ്വ സാധാരണമായ വാർത്തയാണ് സമൂഹത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്നവരുടെയും കുടുംബങ്ങളുടെയും ആത്മഹത്യകൾ. സ്വയം ജീവനൊടുക്കുന്ന ഇത്തരം മാനസ്സിക ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച് ശാസ്ത്രീയമായി അറിഞ്ഞ ശേഷം, സമയത്തു പരിഹാരം തേടേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. വിശദമായ അറിവുകൾ ഉപയോഗിച്ച് സ്വയം അല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരാൾക്കു ഗുണപ്രദമായ ചികിത്സ തേടി തടയാൻ കഴിയുന്ന ഒരു മാനസ്സിക രോഗം തന്നെയാണിത്.

ലക്ഷണങ്ങൾ :

- ഏറ്റവും ആദ്യത്തേത് ഞാൻ എല്ലാം അവസാനിപ്പിക്കാൻ പോകുന്നു, മരിച്ചാൽ മതിയായിരുന്നു, ഞാൻ ജനിക്കണ്ടായിരുന്നു, ഞാൻ എല്ലാവർക്കും ഒരു ഭാരമായി എത്തിനിങ്ങളെ ജീവിക്കുന്നു, തുടങ്ങിയ ആത്മഹത്യാ പ്രേരകമായ പ്രസ്താവനകളാണ്.
- അതിനു വേണ്ട ആയുധങ്ങൾ സംഭരിക്കുക, തോക്ക് വാങ്ങുക, മയക്കു മരുന്നുകൾ സംഭരിച്ചു വയ്ക്കുക.
- സമൂഹത്തിൽ നിന്നും അകന്നു ഏകാന്ത ജീവിതം ശീലമാക്കുക.
- വൈകാരിക നിലയിൽ കൂടെക്കൂടെയുണ്ടാകുന്ന ചാഞ്ചാടം.
- ഒന്നിലും ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ സാധിക്കാത്ത അവസ്ഥ.
- മരിക്കാനും, എല്ലാം തകർക്കാനുമുള്ള ഏകചിന്തയാൽ മനസ്സ് വ്യാപൃതമാകുക
- ഒരു സങ്കീർണ്ണ പ്രശ്നം പരിഹരിക്കാൻ കഴിയാതെ വരുമ്പോൾ ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെട്ട് മനസ്സ് തകരുക.
- എല്ലാം മറക്കാൻ മദ്യത്തിലും മയക്കു മരുന്നിലും അഭയം തേടുക.



- എല്ലാം തകർക്കണമെന്ന വിചാരത്തോടെ അലക്ഷ്യമായി പ്രവർത്തിക്കുക
- ഭക്ഷണം, ഉറക്കം, വ്യായാമം തുടങ്ങിയ ദിനചര്യകളിൽ തികഞ്ഞ അലംഭാവം പുലർത്തുക
- വളരെ അടുത്ത ആൾക്കാരോട് ഗൂഡ് ബൈ പറഞ്ഞു പിരിയുക
- മനസ്സിനിഷ്ഠമുള്ള കാര്യങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുക (ജോലി, വാഹനം, വീട്, വസ്തുവകകൾ തുടങ്ങിയവ).
- എപ്പോഴും എല്ലാം നഷ്ടപ്പെട്ടയാളെപ്പോലെ സമചിത്തതയില്ലാതെ പെരുമാറുക

ഇതെല്ലാം ആത്മഹത്യയിലേക്കു നയിക്കുന്ന സൂചകങ്ങളാണ്. ചിലർ ഇത് പ്രകടമാക്കുമ്പോൾ മറ്റുചിലർ ഇതൊക്കെ രഹസ്യമാക്കി വയ്ക്കും.

കാരണങ്ങൾ

നിലവിലെ ജീവിതസാഹചര്യത്തിൽ തടുക്കാൻ കഴിയാത്ത അപ്രതീക്ഷിതമായ ഒരു പ്രതിസന്ധി നേരിടേണ്ടി വരുമ്പോൾ, മനസ്സു പതറി, ഭാവിയെക്കുറിച്ചു പ്രതീക്ഷ നഷ്ടപ്പെട്ടു, ആത്മഹത്യയിൽ അഭയം പ്രാപിക്കുന്നു.

ഇത്തരം രീതി, കുടുംബപരമായ ആത്മഹത്യാ പ്രവണതാ ചരിത്രമുണ്ടെങ്കിൽ കൂടുതൽ സംഭവിക്കുന്നത് കാണാം. ആത്മഹത്യാ ശ്രമം നടത്തി പരാജയമടയുന്നവരിൽ കൂടുതലും സ്ത്രീകളാണ്. പുരുഷന്മാർ തോക്കുപയോഗിച്ചു വെടിവയ്ക്കൽ പോലുള്ള താരതമ്യേന കടുത്ത രീതികളാണ് സ്വീകരിക്കുന്നത്.

ഒരിക്കൽ ആത്മഹത്യാ ശ്രമം നടത്തി പരാജയപ്പെട്ടവർ വീണ്ടും അതിനു ശ്രമിച്ചേക്കാം.

ജീവിതത്തിൽ അപ്രതീക്ഷിതമായി സംഭവിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ (അടുത്തയാളിന്റെ വിധോഗം, പ്രേമനൈരാശ്യം, പരീക്ഷാ തോൽവി, ജോലിയിലെ നിയമപ്രശ്നം, വ്യവസായത്തകർച്ച, സാമ്പത്തിക ബാധ്യത, നിർബ്ബന്ധിത സൈനിക സേവനം) സഹിക്കാൻ കഴിയാതെ, ഏകാന്തജീവിതം തിരഞ്ഞെടുത്തു, ആത്മ വിശ്വാസം നശിച്ചു, തകർന്ന മനസ്സോടെ സ്വയം ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുന്നു.

മനോനില തെറ്റിക്കുന്ന മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന് എന്നിവയുടെ അമിത ഉപയോഗം ചിന്തകളെ വഴിതെറ്റിച്ചു. അയാളെ ആത്മഹത്യയിലേക്കു നയിക്കും.

ആത്മഹത്യാ പ്രേരകമാകുന്ന വസ്തുക്കൾ വീട്ടിൽ ലഭ്യമാണെങ്കിൽ (തോക്ക്, വിഷ വസ്തുക്കൾ) ഇത്തരം പ്രവണതയുള്ള ഒരാളെ എളുപ്പത്തിൽ അതു കീഴടക്കും.

കടുത്ത മനോരോഗികളിൽ ആത്മഹത്യാ പ്രവണത വളരെ കൂടുതലാണ്

കുടുംബപരമായി മനോരോഗം, മദ്യം, മയക്കുമരുന്നിന് എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം, അക്രമവാസന (ശാരീരിക ലൈംഗിക അതിക്രമം) എന്നിവ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് ആത്മഹത്യയിലേക്ക് നയിക്കും.

മാരക രോഗം മൂലം നരകയാതന അനുഭവിക്കുമ്പോൾ അത് മാനസിക തളർച്ചയും, നിരാശയും വളർത്തി ആത്മഹത്യയിലെത്തിക്കും.

സ്വവർഗ്ഗാനുരാഗം, ട്രാൻസ് ജൻഡർ തുടങ്ങിയ പ്രത്യേകതകൾ മൂലം കുടുംബത്തിൽ നിന്നും പുറം തള്ളി എതിർപ്പുള്ള അന്തരീക്ഷത്തിൽ ജീവിക്കുന്നവർ പെട്ടെന്ന് ജീവിതം അവസാനിപ്പിക്കും.

കുട്ടികളും യുവാക്കളും വിഷാദരോഗം ബാധിച്ചു (പഠന സമ്മർദ്ദം, ഒറ്റപ്പെടൽ, അടുത്ത സുഹൃത്തിന്റെ കുടുംബാംഗത്തിന്റെ വിധവം, ടീനേജ് ലവ്, ശാരീരികലൈംഗിക പീഡനം, മയക്കുമരുന്നും മദ്യവും അമിതമായി ഉപയോഗിക്കൽ, ലൈംഗിക രോഗം, അവിഹിത ഗർഭം തുടങ്ങിയവ) മുൻപ് ആത്മഹത്യ ചെയ്തവരുടെ പാത പിന്തുടരുന്നത് കാണാം

പ്രേമനൈരാശ്യം ബാധിച്ചു സഹപാഠികളെ ക്രൂരമായി കൊന്നശേഷം ആത്മഹത്യ ചെയ്യുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളുടെ എണ്ണം കൂടിവരികയാണ്.

ഇതുകൂടാതെ പ്രേമിച്ചു വിവാഹം കഴിച്ച ചില ദമ്പതികളിൽ കാലക്രമേണ ഉണ്ടാകുന്ന ജീവിത നൈരാശ്യം പങ്കാളിയുടെ കൊലയിലേക്കും തുടർന്നുള്ള ആത്മഹത്യയിലേക്കും നയിച്ചു, മക്കളുടെ അനാഥത്വത്തിനിടയാക്കുന്നു.

അത്തരം കുട്ടികളിൽ കടുത്ത വിഷാദവും, സമൂഹത്തിലെ ഒറ്റപ്പെടലും ആത്മഹത്യാ പ്രവണതയും ഉണ്ടായേക്കാം.

ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിലെ പരിഹരിക്കാനാവാത്ത താളപ്പിഴകൾ ചിലരുടെ മാനസിക നില തകർത്തു അമിത മദ്യപാനം, മയക്കുമരുന്നിന് ഉപയോഗം മൂലം സാമ്പത്തിക തകർച്ചയും, നിയമപ്രശ്നവും ഉണ്ടായി ഈ പ്രവണതയിലേക്കെത്തിക്കും. മനോനില നേരെയക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന ചില മരുന്നുകളും തുടക്ക കാലത്തു ആത്മഹത്യാ പ്രേരകമായേക്കാം.

പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങൾ

മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കാൻ സാധിക്കാതെ ആത്മഹത്യ മാത്രമാണ് പ്രശ്നപരിഹാരം എന്നു തോന്നിയാൽ യാതൊരു ഈശോയും നോക്കാതെ, ഉടനെ തന്നെ ഏറ്റവും അടുത്ത ബന്ധുക്കളോടോ സുഹൃത്തുക്കളോടോ ആചാര്യന്മാരോടോ നമ്മുടെ വിഷമം തുറന്നു പറയുക. തുടർന്ന് ഒരു ഡോക്ടറുടെയോ മനോരോഗവിദഗ്ധന്റെയോ സഹായം തേടി സാധാരണനിലയിൽ തിരിച്ചെത്താം.

അതല്ലാതെ വിഷമം ഉള്ളിലൊതുക്കി മുൻപോട്ടു പോകും തോറും നമ്മുടെ കുടുംബത്തിലും പ്രവർത്തിമണ്ഡലങ്ങളിലും ഒരുവിധത്തിലും മുന്നോൻ കഴിയില്ല, ജീവിതം ദുരിതപൂർണ്ണമായിത്തീരുകയും ചെയ്യും. ആത്മഹത്യയ്ക്ക് ശ്രമിച്ചു പരാജയപ്പെട്ടവർക്കു അതെന്നും ഒരു മുറിവായിത്തീരും. അതിൽ നിന്നുണ്ടായ സ്ഥിരമായ ശാരീരിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ, അവയവങ്ങളുടെ തകരാർ, തലച്ചോറിലെ ക്ഷതം എന്നിവ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ നീണ്ടു നിന്നേക്കാം. പരാജയപ്പെട്ട ഇത്തരം ഇരകൾക്കു എപ്പോഴും ദേഷ്യം, വിഷാദഭാവം, കുറ്റബോധം, അന്യമാബോധം, സ്വയം കുറ്റപ്പെടുത്തൽ എന്നിവ ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കും. അത് ഒരുപക്ഷേ, മരണം വരെ നീണ്ടേക്കാം.

എങ്ങനെ നേരിടണം?

- കാരണങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞു അടിയന്തിര ചികിത്സ തേടുക. മാനസിക സമ്മർദ്ദം, മയക്കുമരുന്നിന് മദ്യം എന്നിവയോടുള്ള ആസക്തി, ഉറക്കക്കുറവ്, അമിതമായ ഉൽക്കണ്ഠ, ആത്മഹത്യാ ഭീതി എന്നിവയ്ക്ക് വിദഗ്ധ ചികിത്സ തേടുക.
- പ്രശ്നങ്ങൾ ഫലപ്രദമായി പരിഹരിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ബന്ധുക്കളുടെയും, സുഹൃത്തുക്കളുടെയും കൂട്ടായ്മ ഉണ്ടാക്കി പ്രതിസന്ധികളെ തരണം ചെയ്യുക, ആത്മവിശ്വാസം വർദ്ധിപ്പിച്ചു ജീവിതം തിരികെ പിടിക്കുക.
- യോഗ, ധ്യാനം, ആത്മീയകാര്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയിൽ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുക, കർമ്മരംഗത്ത് സജീവമാകുക, ചിരി ശീലമാക്കി സമ്മർദ്ദങ്ങളെ ലഘുവാക്കി കാണുക തുടങ്ങി സാധിക്കാവുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ അവലംബിച്ചു, ഇന്നത്തെ സ്കൂൾ കുട്ടികൾ, യുവാക്കൾ തുടങ്ങി വയോജനങ്ങൾ വരെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ആത്മഹത്യാ പ്രവണതയിൽ നിന്നും രക്ഷ നേടാം ●

(ഇന്നത്തെ കാലത്തു അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട ചില രക്ത പരിശോധനകളും അവയുടെ പ്രത്യേകതകളും അതനുസരിച്ചു ഡോക്ടർമാരെ കണ്ടു രോഗ പ്രതിരോധവും ചികിത്സയും സ്വീകരിക്കേണ്ട ആവശ്യകതയും വിവരിക്കുന്ന പുതിയ പംക്തി)

COMPLETE BLOOD COUNT (CBC)

CBC എന്ന ചുരുക്കപ്പേരിൽ അറിയുന്ന Complete Blood Count എളുപ്പത്തിൽ ചെയ്യാവുന്ന, പെട്ടെന്ന് റിസൾട്ട് കിട്ടുന്ന പ്രാഥമിക രക്തപരിശോധനയാണ്. ആദ്യ പരിശോധനയിൽ രോഗിക്ക് തളർച്ച, പനി, ശക്തിക്ഷയം, പഴുപ്പ്, ശാരീരിക ക്ഷതം, രക്തസ്രാവം തുടങ്ങിയ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയാൽ ഉടനെ ഡോക്ടർ CBC രക്ത പരിശോധനയ്ക്കു നിർദ്ദേശിക്കും. പരിശോധനയുടെ ഫലം വിലയിരുത്തി സൂക്ഷ്മപരിശോധനയിലൂടെ രോഗം സ്ഥിരീകരിച്ചു തുടർചികിത്സ ചെയ്യാം. ഉദാ: വിളർച്ച, ഡെങ്കിപ്പനി, രോഗാണുബാധകൾ, രക്താർബുദം. ഈ പരിശോധന നടത്തുന്നതിന് ഉപവസിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.

രക്തത്തിലെ താഴെപ്പറയുന്ന ഘടകങ്ങളെയാണ് CBC വഴി അളക്കുന്നത്.

- ഓക്സിജൻ വാഹകരായ Red Blood Cells (RBC).
- രോഗപ്രതിരോധം തീർക്കുന്ന White Blood Cells (WBC)
- RBC യിൽ ഓക്സിജൻ വഹിക്കുന്ന പ്രോട്ടീനായ Hemoglobin.
- രക്തത്തിലെ RBC, പ്ലാസ്മ അനുപാതം അളക്കുന്ന Hematocrit.
- രക്തം കട്ടപിടിക്കുന്നതിന് സഹായിക്കുന്ന Platelets.

പ്രായപൂർത്തിയായവരുടെ സാധാരണ അളവുകൾ താഴെ നൽകുന്നു.

	പുരുഷന്മാർ	സ്ത്രീകൾ
RBC	4.35-5.65 million cells/ മൈക്രോ ലിറ്റർ	3.92-5.13 million cells/mcL
Hemoglobin	13.2-16.6 gms	11.6-15 gms/- ഡെസി ലിറ്റർ
Hematocrit	38.3-48.6%	35.5-44.9%
WBC	3,400 to 9,600 cells/mcL	4,500 to 11,000 cells/mcL
Platelets	135,000 to 317,000/mcL	157,000 to 371,000/mcL.

ഈ അളവുകൾ സൂചകങ്ങൾ മാത്രമാണ്. അസാധാരണമായ അളവിൽ വിവിധ ഘടകങ്ങൾ കണ്ടാലുടനെ സൂക്ഷ്മ പരിശോധനാ രീതികളിലൂടെ രോഗം സ്ഥിരീകരിക്കും.

ചികിത്സയുടെ ഫലപ്രാപ്തി വിലയിരുത്താനും അതനുസരിച്ചു മരുന്ന് മാറ്റി പരീക്ഷിക്കാനും CBC -ടെസ്റ്റ് സഹായിക്കും.

രക്തപരിശോധനാഫലത്തിൽ വലിയവ്യതിയാനം കണ്ടെത്തിയാൽ,

ഉദാ: കടുത്ത വിളർച്ചയുടെ കാരണങ്ങൾ കണ്ടെത്തി രക്തം കൊടുത്തോ, മരുന്ന്, വൈറ്റമിൻ, അയൺ ഗുളിക എന്നിവ കൊടുത്തോ രോഗത്തെ നിയന്ത്രിക്കാം.

RBC അളവ് അമിതമായാൽ polycythemia vera എന്ന സ്ഥിതിയോ ഹൃദ്രോഗമോ ആയി മാറിയേക്കാം

കുറഞ്ഞ WBC അളവ് കാൻസർ, മജ്ജയുടെ പ്രവർത്തന മാന്ദ്യം, ശ്വേതാണുക്കളുടെ നശീകരണം, ചില മരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗം എന്നിവ മൂലമാകാം.

WBC അമിതമായാൽ രോഗാണുബാധ, നീർക്കെട്ട് എന്നിവ സംശയിക്കാം.

പ്ലേറ്റ്‌ലെറ്റ് അളവിലെ വ്യത്യാസം വൈറൽ രോഗങ്ങൾ ഡെങ്കിപ്പനി മൂലമാകാം.

ആർക്കു വേണമെങ്കിലും ഒരു അംഗീകൃത രക്തപരിശോധനാ ലബോറട്ടറിയിൽ പോയി ഈ പരിശോധന ചെയ്തു റിസൾട്ടുമായി ഡോക്ടറെ സന്ദർശിച്ചു, ആവശ്യമെങ്കിൽ ചികിത്സ തേടാവുന്നതാണ് ●

Why Pharma First?

Here's why **Pharma First's** solutions come perfectly aligned to keep your business on the right side of the country's benchmarks. Pharma First is directed by **Mr. M.R Pradeep, M.Pharm, Retd. Deputy Drug Controller, Govt. of Kerala.**

His 38-year long career in multi-verticals – Pharmaceutical Education & Research, Industrial Pharmacy, Formulation Technology, Regulatory affairs - enabled him to gain hands-on experience and in-depth exposure in the industry. In his position as Enforcement Officer, Dept. of Drugs Control, Govt. of Kerala. for a period of 27 years dealing with problems and issues connected with drug formulation, legal compliances both at national and global levels, pharma R&D evolution and the like poised him as a globally acknowledged industry expert. This wide and in-depth exposure enables Pharma First to offer superior consultancy services and knowledge contribution which help our clients realize their organizational visions and goals while remaining growth - focused.



THE SOLUTIONS SPECTRUM

The origin of Pharma First is inspired by the deep understanding that the segment needs professional consultancy services to make the industry growth-focused while remaining people and patient-friendly. Hence, the company's objective is to simplify the involved processes, while transparently imparting the latest industry happenings and developments taking place across the world.

- Advisory solution for legal policies.
- Aiding expansion drive for new products, securing the mandatory licence.
- Comprehensive guidance to start pharmaceutical firms right from location selection to commencement as per legal and regulatory guidelines.
- Conducting auditing of running shops for business development.
- Conducting training programmes for the community / Hospital Pharmacy staff.
- Counselling for running a community / Hospital Pharmacy successfully.
- Extending support in overcoming legal / regulatory procedures in running shop.
- Guidance to proper management of a community / Hospital Pharmacy.
- Help in obtaining Drugs licence and other requirements to start a sales / distribution firm.
- Medicine formulation and ingredient combination norm advisory solutions.
- Offering professional assistance in creating websites, software development and online trading.
- Dealing with market / consumer complaints and providing technical support to clear such complaint.
- Providing assistance in obtaining licences and registrations of manufacturing units of Drugs and Cosmetic.
- Providing guidance to start medical devices manufacturing units and imparting training to the staff.
- Helping upkeep legal and regulatory compliance of firms for business development.
- Market study to find out the scope of starting a sales and distribution outlet in an area.
- Marketing promotion of Drugs and Cosmetics.
- Help in selecting a product for marketing based on market needs.
- Supporting in the preparation of essential records for running a manufacturing and testing units for GMP, GLP, NABL.
- These services are offered to see through the completion of a project, on a total project fee basis or on a monthly advisory basis remuneration.

Any queries please contact:

PHARMA FIRST
Muvattupuzha

+91 8289856081
+91 9446056081

enquiry@pharmafirstconsulting.com
rdipradeep@gmail.com



വേദനകളില്ലാത്ത ജീവിതത്തിലേക്ക് ചവിട്ടിക്കയറാൻ സഹായിച്ചത് ഓർത്തോഹെർബാണ്!

“ 25 വർഷക്കാലായി തുന്നൽപ്പണി എടുക്കുന്ന ഒരാളാണ് ഞാൻ. ഇതിനെപ്പോലെ എനിക്ക് ഇടത് കാൽമുട്ടിന് ചെറിയ വേദന അനുഭവപ്പെട്ടത്, പിന്നെ അത് കൂടിക്കൂടി വന്നു. നടന്ന് പോകുന്ന സമയത്ത് പലരും ചോദിക്കാൻ തുടങ്ങി, എന്താണ് എന്തിനാണിത് നടക്കുന്നത്. മെഷീൻ ചവിട്ടാൻ പറ്റാത്ത ഒരു അവസ്ഥ വന്നപ്പോ, തുന്നപ്പണിയോട് തന്നെ ഒരു മടുപ്പ് തോന്നിച്ച സമയം ഉണ്ടായി.

പണി നിർത്തിപ്പോയാലോ എന്ന് വരെ തോന്നിച്ച സമയത്താണ് ഓർത്തോഹെർബ് ഗുളികേന്ദ്രി അറിയാൻ കഴിഞ്ഞത്. ഗുളിക വാങ്ങി രാവിലേം, രാത്രിം 2 വീതം ഒരു മൂന്ന് മാസത്തോളം കഴിച്ചപ്പോ തന്നെ നല്ല ഒരു മാറ്റം വന്നു. കുറച്ച് കാലം തുടർച്ചയായി കഴിച്ചപ്പോ മെഷീൻ ചവിട്ടാൻ പറ്റാത്ത വീഷമം മാറിയിട്ടു, എന്റെ തുന്നൽപ്പണി തുടരാനും പറ്റി. ജീവിതത്തിൽ ഒരു വലിയ മാറ്റം തന്നതിന്റെ പേരിൽ ഓർത്തോഹെർബിനോട് ഒരുപാട് നന്ദിയും കടപ്പാടും ഉണ്ട്. ”

ശ്രീ. സുകുമാരൻ. പി,
68 വയസ്സ്, കുത്തുപറമ്പ്



പങ്കജകസ്തുരി ഓർത്തോഹെർബ് സാബ്ലറ്റ്സ്

കഴിക്കേണ്ട വിധം : തുടക്കത്തിൽ 2 ഗുളിക വീതം 3 നേരം ആഹാരത്തിന് ശേഷം. വേദന കുറയുന്നത് അനുസരിച്ച് 2 ഗുളിക വീതം 2 നേരം.

സംശയങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക: **081119 20777**

Pankajakasthuri Herbals India (P) Ltd. • Ph: 0472 289 5301/6301 • info@pkhil.com • www.pankajakasthuri.in

മേൽപറഞ്ഞത് ശ്രീ. സുകുമാരന്റെ സ്വന്തം അനുഭവം ആകുന്നു. ഇത്തരം വേദന ഉള്ള ഒരു വ്യക്തിയുടെ ശാരീരിക സ്ഥിതിയും രോഗത്തിന്റെ പഴക്കവും അനുസരിച്ച് ഓർത്തോഹെർബിന്റെ ഫലം വ്യത്യസ്തപ്പെടുകയും കൂടുതൽ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറുടെ അഭിപ്രായവും ആശയാവുന്നതാണ്.