

ఫోటో చెప్పిన జీవితం



ప్రతి మహిళకూ అదనపు బాధ్యతలుంటాయి. వాటిని నిర్వహిస్తూనే ఉన్నతమైన లక్ష్యాలు సాధించుకోగల శక్తి మహిళల్లో ఉంటుంది. దానికి నిదర్శనంగా మొన్న సానియా మీర్జా పేరే చెప్పిన ఫోటో నిలుస్తుంది. ఇటీవల దుబాయ్లో టెన్సిస్ ఫెడ్ కప్ పోటీల్లో ఆమె పాల్గొన్నది. ఈ సందర్భంగా ఆట విరామ సమయాన్ని ఆమె కొడుకు ఇజాన్తో గడిపింది. ఆ ఫోటోను ఇన్స్టా, ఫేస్ బుక్లో పేర్ చేసింది. 'నా జీవితం ఈ చిత్రంలో కనిపిస్తుంది' అని క్రిడాకారిణిగా, తల్లిగా తన బాధ్యత ఏంటో సందేశాన్ని రాసింది. తల్లులు తమ పాత్ర నిర్వహిస్తూనే ఏక కాలంలో ఆసుకున్నవి సాధించవచ్చు అనేది ఈ చిత్రంద్వారా నిరూపితం అవుతున్నది. దీన్ని చూసి 'వరన్ లేడీ' అంటూ నెటిజన్లు, సెలబ్రిటీలు కామెంట్లలో ఆసందాన్ని వ్యక్తం చేశారు.

వీగన్ లెదర్తో జంతువులకు విముక్తి!



లెదర్తో తయారు చేసిన హ్యాండ్ బ్యాగులు, బూట్లు, జాకెట్స్ వేటికైనా చూర్చాల్లో భలే గిరాకి. ఇవి ఎక్కడ రోజులు కొత్తగా కనిపిస్తాయి. కాకపోతే వీటి తయారీకి కంగారూలు, ఉష్ణపక్షి, గొర్రెలు, ఎలిగేటర్లు, అవులు వంటి మరెన్నో జంతువుల తోలును ఉపయోగిస్తారు. వీటికి రంగులు వేసేందుకు కృత్రిమ రసాయనాలు అవసరం. ఇవి నీటి వనరులు, నేల, గాలిని కలుషితం చేస్తాయి. తద్వారా హానికరమైన వ్యాధులను కూడా కలిగిస్తాయి. పర్యావరణకు అనుకూలమైన ఫ్యాషన్ తోలును ఎంచుకోవడం ద్వారా అమాాయక జంతువులను వధను నిరోధించవచ్చు.

వీగన్ లెదర్ తయారీ : వీగన్ తోలు తరుచుగా పాలియూరేజీనే సుంచి తయారువుతుంది. ఇది విషవృంతం కావవసరం లేదు. పండ్ల వ్యర్థాలు, సైనాపిల్ ఆకులు, కార్బ్, రీసైకిల్డ్ ప్లాస్టిక్ వంటి పదార్థాల సుంచి వినుతున్నవైనా లెదర్ ను తయారు చేస్తారు.

వీగన్ లెదర్ ఎక్కడ వాడుతున్నారు : సైల్వ మార్కెట్స్, ననుష్యా, అవేక్ వంటి బ్రాండ్లు తమ ఉత్పత్తులకు తోలు వాడకాన్ని పూర్తిగా నిషేధించాయి. అలోమెటైల్ కంపెనీలు లీఎమ్డబ్ల్యూ, మెన్డెన్ బెంజ్, టెస్టా వంటి కారు ఇంటీరియర్లు, సీటింగుకు వీగన్ లెదర్ ను ఉపయోగిస్తున్నారు. అలిస్, కనాబిస్, ఆర్గర్ వంటి స్టడీ వీగన్ బ్రాండ్ల వాడకం భవిష్యత్తులో పెరగడం ఖాయం.

వంటింటి చిట్కాలు

- పాస్తా ఉడికించేటప్పుడు నీరు తక్కువగా ఉంచండి. అందుకే రాత్రంతా మూత పెట్టిన పాత్రలో నానబెట్టి ఉడికిస్తే త్వరగా ఉడుకుతుంది.
- ఉల్లిముక్కలను నూనెలో వేయించేటప్పుడు కొంచెం పంటనీరు వేయండి. వల్ల రెండురెట్లు వేగంగా వేగుతుంది.
- వీజీను 68-77 డిగ్రీల సెంటిగ్రేడ్ ఉష్ణోగ్రత వద్ద పెట్టాలి. అప్పుడు వీజీను త్వరగా కట్ చేయవచ్చు.



ర'కూల్' స్టైల్

తెలుగు సినిమాలో ఈ మధ్య తక్కువ కనిపిస్తున్న భామ ఎవరంటే రకుల్ అనేస్తాం. బాలీవుడ్ లో పాగా వేసిన ఈ ముద్దుగుమ్మ.. అప్పుడప్పుడు ఫ్యాషన్ వీట్లో సైతం మెరిసిపోతున్నది. ఈ మధ్యకాలంలో ఒక అవార్డు ఫంక్షన్ కి అదిరిపోయే లుక్ తో వచ్చేసింది. లామెండర్ కలర్ డీర్ డ్రెస్ లో తో వచ్చిన డ్రెస్ లాంటిది వేసుకుంది. దీనిని హాలీవెడ్ బ్రౌజ్ పర్ఫెక్ట్ లుక్ ని తెచ్చింది. షాహిలా ఖాన్ డిజైన్ చేసిన ఈ అవుట్ ఫిట్ కు ఒకవైపు స్ట్రీట్ థాండం అదనపు అకర్షణ. సిల్వర్ హిల్స్, సింపుల్ మేకప్ తో మెరిసిపోయింది. అన్నింటినీ మంచి మెడలో మూడు వరుసలు ఉన్న నెక్ వీన్ అందరి దృష్టిని ఆకర్షించింది. ఎమరల్డ్, డైమండ్ తో వేసుకున్న నెక్లెస్ రకుల్ స్టైల్ స్టైల్ మెంటిగా చెప్పవచ్చు.

ఇప్పుడు ప్రపంచాన్ని వణికిస్తోన్న ఏకైక మహమ్మారి..
కరోనా. ఎవరి నోట విన్నా కరోనా మాటలే. ప్రపంచవ్యాప్తంగా
లక్షా 45 వేల మందికి పైగా కరోనా పాజిటివ్ గా నిర్ధారణ అయ్యారు.
మనదేశంలో 80 మందికి పైగా కరోనాతో బాధపడుతున్నట్టు తెలింది.
ఇలాంటి వర్షాల్లో కరోనా వైరస్ గురించి అనేక రకాల అపోహలు,
భయాలు చుట్టుముట్టి ఉన్నాయి. అందుకే ఈ అపోహల్ని
నిజానిజాలు వివరిస్తున్నార సీనియర్ డాక్టర్ బి. విజయ్ కుమార్.

నమస్తే తెలంగాణ

👍👎 /nt.zindagi

జిందగీ

9 కలీంనగర్
 మంగళవారం 17 మార్చి 2020
 WWW.NTNEWS.COM

కరోనా.. కల్లోలం లో నిజమెంత?

ఇంతకుముందు సార్స్, మెర్స్ లాంటి కరోనా వైరస్ ల ఇన్ ఫెక్షన్ వచ్చినప్పుడు ఇంతగా భయపెట్టలేదు. ఇది పుట్టింది ఇంతువుల నుంచే అయినా ఇప్పుడు మనిషి నుంచి మనిషికి వేగంగా పెరుగుతున్నది. ఇంతకు ముందు కరోనా వైరస్ లు రెండూ గట్టిగా నుంచే వచ్చాయి కాబట్టి ఇది కూడా వాటి నుంచే వచ్చిందని భావిస్తున్నారు. ఈ కరోనా వైరస్ ప్రత్యేకత ఏంటంటే వేగంగా వ్యాపించడం. నోటి నుంచి, ఊపిరితిత్తుల నుంచి వచ్చే తువరలే దీని వాహకాలు. తువరలు టేబుల్ మీద పడినా, చేతుల మీద పడినా, మనం వాడే తలుపులు, గొళ్లాలూ, బూయిలెట్లు ఎక్కడ పడినా వాటిలో ఉండే వైరస్ 48 గంటల నుంచి కొన్నిసార్లు అయిదారు రోజుల వరకు కూడా బతకే ఉండొచ్చు. వాటిని తాకి ముక్కు, కళ్లు ముట్టుకుంటే మనకి ట్రాన్స్ మిట్ అయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది.

కరోనా వైరస్ ఎలా వ్యాపిస్తుంది?

ప్రత్యేకత ఏంటంటే వేగంగా వ్యాపించడం. నోటి నుంచి, ఊపిరితిత్తుల నుంచి వచ్చే తువరలే దీని వాహకాలు. తువరలు టేబుల్ మీద పడినా, చేతుల మీద పడినా, మనం వాడే తలుపులు, గొళ్లాలూ, బూయిలెట్లు ఎక్కడ పడినా వాటిలో ఉండే వైరస్ 48 గంటల నుంచి కొన్నిసార్లు అయిదారు రోజుల వరకు కూడా బతకే ఉండొచ్చు. వాటిని తాకి ముక్కు, కళ్లు ముట్టుకుంటే మనకి ట్రాన్స్ మిట్ అయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది.

లక్షణాలేంటి?

ఎనభై శాతం మందిలో సాధారణ ఘృ, జ్వరం, ఒళ్లునొప్పులు ఉండి వారం నుంచి పదిహేను రోజుల్లో అస్సీ తగ్గిపోతాయి. 20 శాతం మందిలో మాత్రమే కొంచెం తీవ్రంగా ఉండొచ్చు. ఊపిరితిత్తులు కూడా ప్రభావితమై దమ్ము, అయినంతో ఊపి రాడక తీవ్రమైన అనారోగ్యం పాలవుతారు.

మన రాష్ట్రంలో కరోనా వైరస్ టెస్ట్ ఎక్కడ చేస్తారు?

దేశ వ్యాప్తంగా కొన్ని సెంటర్లలోనే ఇది అందుబాటులో ఉంది. మన రాష్ట్రంలో గాంధీ హాస్పిటల్ లో ఉంది. ఉస్మానియాలో కూడా ఓపెన్ చేస్తున్నారు. లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉన్న వాళ్లు కరోనా వచ్చే రిస్క్ ఉన్నవాళ్లు టెస్టు చేయాల్సింది. పూర్తి తీవ్రంగా ఇబ్బంది ఉండి, అయిదారు రోజులైనా తగ్గకుండా, శ్వాసలో ఇబ్బంది అవుతుంటే వాళ్లు పరీక్షకు పంపిస్తున్నారు.

ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రతల్లో కరోనా పెరగదా?

దీనికి కూడా వందశాతం రుజువులేమీ లేవు. మన శరీర ఉష్ణోగ్రత 37 డిగ్రీల సెంటిగ్రేడ్. ఇక్కడ పెరగొచ్చు. అయితే అది బలకాలంటే చాలా అంశాలు దోహదపడుతాయి. మన శరీరం అయితే తువరల ద్వారా పడినప్పుడు మాత్రం ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రతం ప్రభావం వైరస్ పై ఉండే అవకాశం ఉంది. అందువల్ల అధిక ఉష్ణోగ్రత గల ప్రదేశాల్లో వ్యాపించడం కష్టం.

ఆహారం ద్వారా వ్యాపిస్తుందా?

మనం తీసుకునే ఆహారం ద్వారా ఇది వ్యాపిస్తుందనడానికి దాఖలాంటివి లేవు. చికెన్ నుంచి వచ్చిందని రూపొందించినా వ్యాపించాయి. అయితే కోళ్లు కూడా పూర్తి వచ్చి చనిపోతాయి. అలాంటి వాటితోలికి వెళ్లకుండా రెజిస్టర్డ్ బాగా ఉడికించే వంటిది ఇది రాదు. మనదేశంలో బాగా ఉడికిస్తారు కాబట్టి దానిలో వైరస్ ఒకవేళ ఉన్నా అది బతకదు. అయితే సలార్స్ లాంటివి తినేటప్పుడు ముఖంగా బయట ఎక్కడో హోటల్ లోనో, బండి మీదో పండ్ల కట్ చేసి అమ్మే చోట తింటే మాత్రం రిస్క్. వాళ్లకి ఇన్ ఫెక్షన్ ఉండి తువరలు పడితే కష్టమే. కాబట్టి బయటి ఫుడ్ కి దూరంగా ఉండడం బెటర్.

కరోనా వైరస్ వల్ల ఎవరికి లిస్కు?

ఇప్పటివరకు కొవిడ్-19 గురించి పూర్తి సమాచారం లేదు. ఇంతకుముందు వచ్చిన కరోనా జాతి వైరస్ ల ప్రకారం చూస్తే వ్యధలు, టీబి, ఘర్షణ, గుండెజబ్బులు, శ్వాసకోశ వ్యాధులున్నవాళ్లు, వ్యాధి నిరోధకత తక్కువ ఉన్నవాళ్లు, క్యాన్సర్ పేషెంట్లలో వైరస్ ఎక్కువ ప్రమాదం చూపించొచ్చు. యువతలో కూడా ఇన్ ఫెక్షన్ రావొచ్చు. పిల్లల్లో ఎక్కువగా కనిపించడం లేదు. అయితే ఇన్ ఫెక్షన్ తో తీవ్రమైన ఇబ్బంది ఎదురొక్కపోయినప్పటికీ, ఇన్ ఫెక్షన్ ఉన్న పిల్లల సూల్స్ నుంచి ఇంటికి వచ్చిన తరువాత పెద్దవాళ్లకు రావొచ్చు. అందుకే సూక్ష్మక సెలబెటివ్ గా వైరస్ అవసరం ఏర్పడింది.

ఇలాంటి వర్షాల్లో ప్రయాణాలు చేయడం మంచిదేనా?

సార్స్, మెర్స్ స్థానికంగా మాత్రమే వ్యాపించాయి. కానీ ఈ రకమైన కరోనా దాదాపు అన్ని దేశాలకూ పాకింది. అందువల్ల ప్రయాణాలు మానేయడమే మంచిది. గుమిగుండే ఫంక్షన్లు, పెళ్లిళ్లు దూరంగా ఉండాలి. ఎంతకాలమనేది తెలియదు గానీ, కమ్యూనిటీ మొత్తంలో ఇమ్మునిటీ సాధారణంగా రావడానికి 3 నుంచి 6 నెలలు పడుతుంది. నాలుగు నుంచి ఆరు వారాల పాటు ఈ ట్రాన్స్ మిట్ అత్యంత వేగంగా ఉంటుంది. కాబట్టి అంతకాలం గ్రూప్ మీటింగ్స్ అవాయిడ్ చేయడం మంచిది.

డాక్టర్ బి. విజయ్ కుమార్
 సీనియర్ జనరల్ ఫిజిషియన్
 యశోద హాస్పిటల్,
 సికింద్రాబాద్

చెక్కు తీసుకుంటుంది

కూరగాయల పొట్టు తీసేయాలన్నా.. అలా, ఆపిల్ చెక్కు తీసేయాలన్నా చాలా పెద్ద పనే. దానిలో ఎక్కువ సమయం పోతుంది కూడా. అలాకాకుండా చుట్టుకున్న ఆ పని జరిగిపోతే ఎంత హయా అనుకునేవాళ్లు చాలామందే ఉంటారు. అలాంటి వారికోసమే దీన్ని తయారుచేశారు. కూరగాయల పొట్టును బట్టి పైన పిన్ ని పిక్ చేసుకోవచ్చు. కింద ఉన్న పిన్ మాత్రం కదులదు. ఈ రెండింటి మధ్య కూరగాయలు, పండ్లను పెట్టి ఒక బటన్ నొక్కితే చాలు. 10 సెకన్లలో పొట్టు వచ్చేస్తుంది. ప్రస్తుతం నెల్సన్ స్టీల్ తో తయారైన ఈ పరికరం పై చెక్కును మాత్రమే తీసేస్తుంది. అందులో న్యూట్రీషియన్స్ పోయేలా మాత్రం చెక్కు తీయదు. బ్యాటరీతోనే కాదు.. ఆడప్ రితో పనిచేసే పీలర్స్ కూడా మార్కెట్ లోకి వచ్చాయి. వీటి ధర సుమారు 1500 రూపాయల వరకు ఉంది. పని అంత సులువు అయినప్పుడు ఈ మాత్రం ఖర్చు చేయడంలో తప్పలేదేమో!

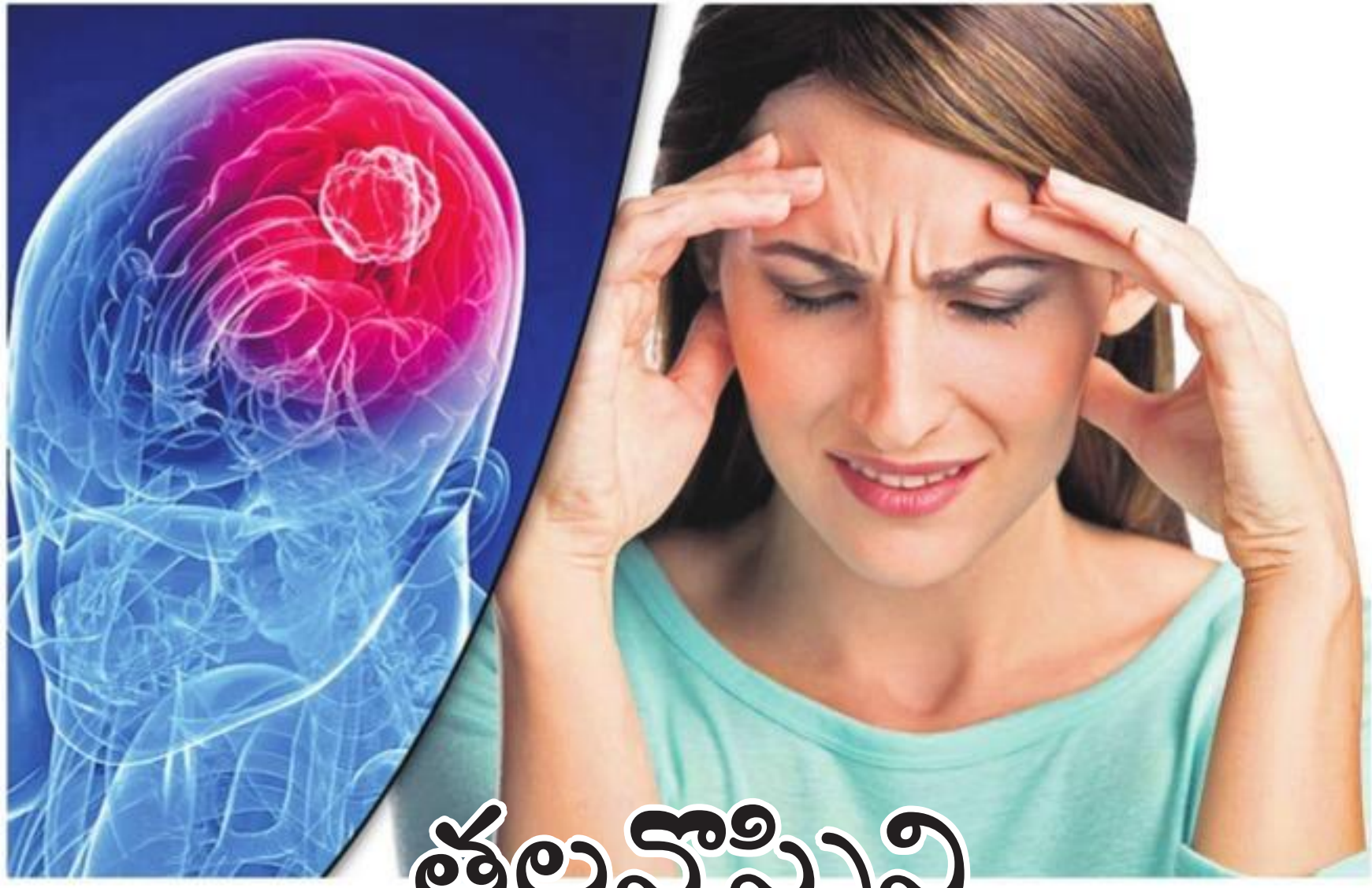
ఎల్లో వర్క్ షాప్ వారికోసమే!

నేర్చుకున్న కళను వర్క్ షాపులుగా నిర్వహించి ఇతరులకు నేర్పిస్తుంటారు. అయితే ఈ వర్క్ షాపులు నిర్వహిస్తున్నది ఆమె కోసం కాదు. మరొక కారణం ఉంది.

హైదరాబాద్ కు చెందిన సాక్షి విజయ్ ఆర్ట్స్ గా మారింది. కళ ఆమెకు మాత్రమే సంతకం కావాలనుకోలేదు. నలుగురికీ నేర్పాలనుకున్నది. 2020 జనవరిలో 'ఎల్లో వర్క్ షాపు' నిర్వహించింది. ఇంతకుముందు నీరూని నడిమిస్టుస్ నిరంజని పి ఆర్ట్స్ తో కలిసి పనిచేసింది. ఆయన 'కాలిగ్రఫీ' బోధిస్తున్నాడు. ఐబి హైదరాబాద్ లో ఎమ్ ఎస్ పూర్వ యామ్ సెగ్మెంట్ లోని బుకింగ్ డాట్ కమర్లో ట్రావెల్స్ సెర్వ్ ఇంజనీర్ గా పనిచేసింది. ఆ సమయంలోనే ఆర్ట్స్ ఆసక్తి పెరిగింది. 25 ఏండ్ల సాక్షి ఆర్ట్ లో అన్ని రకాలు నేర్చుకున్నది. 2019లో ఇండియాకు వచ్చి, బెంగళూరు, జైపూర్ వంటి నగరాల్లో వర్క్ షాపులు నిర్వహించింది. వీటి పెట్టుబడికి కావాల్సిన డబ్బుకోసం ఇతర ఆర్ట్స్ లకు సహాయం అందించింది. ప్రస్తుతం సాక్షి ఉబెర్రే వర్క్ షాపులో ఇంజనీర్ చేస్తున్నది. తన శైలి తగినట్లుగా ఎల్లో వర్క్ షాపు నిర్వహిస్తున్నది. ఇందులో పాల్గొనేవారు వర్క్ షాపు గురించి ముందుగానే వివరించి రివ్యూస్ తెలుసుకొని రావచ్చని సవాలు చేస్తున్నది.

ఆకట్టుకుంటున్న కరోనా పాట

కరోనాపై ఎవరికి తోచినట్లుగా వారు అవగాహన కల్పిస్తున్న నేపథ్యంలో రష్మి సర్కీ అనే యువతి తాజాగా తన పాట ద్వారా అవగాహన కల్పిస్తున్న వీడియో ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నది. 2018లో 'హాట్ టెంట్' సింగర్ కామిలా కాబెల్లో పాడిన పాట 'చూపా నా' 'కరోనా' వేర్వేరు పాడిన ఈ పాటను సోమవారం ఆమె ట్యూటల్ లో పేర్ చేసింది. ఈ వీడియోకు 'అంధోళన' పదావళి అవసరం లేదు. తరచూ చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కంటూ పరిశుభ్రంగా ఉండండి. మీకు ఏమైనా కరోనా వ్యాధి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే డాక్టర్ కు సంప్రదించండి' అంటూ రష్మి ట్యూట్ చేసింది. కాగా 'కరోనా.. హాట్.. నా.. నా.. నా అలోచన మొత్తం నీ మీదే ఉంది కరోనా.. హాట్ నానా, చైనా నుంచి వచ్చిన ఓ కరోనా.. నీలో ఏదో ఉంది కరోనా.. నా.. నా' అంటూ సాగే ఈ పాటలో రష్మి ప్రతిఒక్కరినీ ఆశ్చర్యపరుస్తున్నది. ఇప్పటి వరకూ ఆ పాటకు 13వేల వ్యూస్ వచ్చాయి. 'తన వాయిస్ చాలా బాగుంది', 'అందమైన గొంతు నుంచి అద్భుతమైన సాహిత్యం' అంటూ నెటిజన్లు కామెంట్లు పెడుతున్నారు. అంతేకాక ప్రముఖ వ్యాధి నిర్మూలకం కంపెనీ మహింద్రా గ్రూప్ సంస్థల యాజమాని ఆనంద్ మహింద్రా కూడా ఆమె పాటకు ఫిదా అయ్యారు. ఈ వీడియోను ఆయన తన ట్యూట్ లో పంచుకుంటూ.. రష్మి ప్రశంసల బిల్లు కరిపించారు.



తలనొప్పిని తేలిగ్గా తీసుకోవద్దు!

బ్రెయిన్ ట్యూమర్

తలనొప్పి కదా అనుకుంటే దాని వెనుక ప్రమాదం ఉండొచ్చు. మందులు వాడినా తలనొప్పి తగ్గదు. కాని పెరుగుతూ ఉంటుంది. రెండు వారాల వరకు అలాగే ఉండంటే మెదడులో ఏ కణితో ఉండేమో అని అనుమానించాలంటున్నారు వైద్యులు. మెదడులో ఏర్పడిన కణితవల్ల ఇంట్లా క్రేనియల్ ప్రెషర్ పెరిగి, అయా నరాలపై ప్రభావం పడుతుంది. అందుకే తలనొప్పితో పాటు వాంటులు, చూపు మనకవారం, ఫిట్స్ లాంటివి వస్తాయి. వీటిని ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు.

మెదడులో ఏర్పడిన కణితాలు క్యాన్సర్ వల్లనే కాదు... క్యాన్సర్ కాని కణు తులు కూడా ఏర్పడవచ్చు. వీటిని బిస్టెన్ ట్యూమర్లు అంటారు. మెనింజియోమాస్, ఫ్యానోమాస్, పిట్యూటరీ ట్యూమర్లు సాధారణంగా బిస్టెన్ కణితాలే ఉంటాయి. గ్రయోమాస్, మెడ్యులో బ్లాస్టోమాస్, లింఫోమాస్ లాంటివి క్యాన్సర్ కణుతులు. ట్యూమర్ ఏర్పడిన భాగాన్ని బట్టి క్యాన్సర్ పేర్లు ఉంటాయి. న్యూరోఎపిథీలియల్ కణజాలాల నుంచి పుట్టేవి సాధారణంగా గ్రయోమా ట్యూమర్లు అయి ఉంటాయి. వీటిలో ఆస్టియోసైటోమాస్, అలిగోడెంట్రో గ్రయోమాస్, ఎపెన్డైమోమాస్ ప్రధానమైనవి. ఫ్యానోమాస్, న్యూరో ఫైట్రోమాస్ కణుతులు క్రేనియల్ లేదా స్పైనల్ నరాల నుంచి పుడుతాయి. మెదడు పొరలనుంచి పుట్టేవి మెనింజియోమాస్. పిట్యూటరీ గ్రంథిలో రెండు రకాల కణుతులు ఏర్పడుతాయి. కొన్ని గ్రంథి పనితీరును దెబ్బతీస్తాయి. కొన్ని నాన్ ఫంక్షనల్ భాగాల్లో ఏర్పడుతాయి. ఫంక్షనల్ ట్యూమర్లు - ప్రొలాక్టిన్ మాస్, గ్రోత్ హార్మోన్ సెక్రెటింగ్ ట్యూమర్లు. కాగా నాన్ ఫంక్షనల్ ట్యూమర్లను అడినోమాస్ అంటారు. ఇవి గాంజుం లింఫోమాస్, డెన్యూ నెల్ ట్యూమర్లు, మెటాస్టాటిక్ ట్యూమర్లు కూడా మెదడులో ఏర్పడుతుంటాయి.

- లక్షణాలు**
- మెదడు పై భాగం (సుప్రా టెంటోరియల్ విభాగం - సెరిబ్రమ్)లో అంటే ప్రంటల్ లోబ్లో కణిత ఏర్పడినప్పుడు జ్ఞాపక శక్తి తగ్గిపోతుంది. ప్రవర్తనలో మార్పులు, మూత్ర విసర్జనలో సమస్యలు, కాళ్ళాచేతులు బలహీనం అవుతాయి. చూపు మెదడు ప్రభావం పడుతుంది.
 - పెరిటల్ లోబ్లో కణిత ఉంటే స్పర్శ దెబ్బతింటుంది. చేతితో ఏదైనా పట్టు కున్నా స్పర్శ తెలియదు.
 - టెంపోరల్ లోబ్లో కణిత ఉంటే వినిపింపి, వాసనలకు సంబంధించిన సమస్యలు వస్తాయి. ఏ శబ్దమూ లేకపోయినా ఏదో వినిపిస్తుంది. ఏమీ లేకపోయినా వాసన వస్తుంది.
 - ఆక్సిపిటల్ లోబ్లో కణిత ఉంటే దృష్టి క్షేత్రంలో లోపాలు వస్తాయి. ఎదురుగా ఉన్నది మొత్తం కనిపించదు.
 - మెదడు కింది భాగంలో (ఇంట్లా టెంటోరియల్ విభాగం - బ్రెయిన్ స్టెమ్, నెబెల్లెమ్, క్రేనియల్ నరాలు) కణిత ఏర్పడినప్పుడు నడకలో సమస్య అంటే సరిగ్గా నడవలేరు. తూలుతూ ఉంటారు. మింగడం, చూడటం సమస్య ఉంటుంది. కంట్లో లేకుండా కళ్ళు కిందకి, పక్క లకి కదిలిస్తుంటారు. (సెన్సిగ్లిస్).



అధునిక సర్జరీలు

మైక్రోసాఫ్టిక్ సర్జరీ - మెదడు లోపలి భాగాలను మార్పు చేసే చూపుతుంది కాబట్టి నాల్గోగా ఉన్న మెదడు కణజాలానికి, ట్యూమర్ కణజాలానికి మధ్య తేడా స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.

ఎండోస్కోపిక్ సర్జరీలు - పిట్యూటరీ కణితాలకు ముక్కులో నుంచి వెళ్లి కణిత తీస్తారు.

అల్ట్రాసోనిక్ యాస్పిరేటర్

ఇంట్లా ఆపరేటివ్ ఎంఆర్ఐ - సర్జరీ తరువాత ఆపరేషన్ జెడ్ మీడల్ ఎంఆర్ఐ చేసి ఇంకా ఎంత ట్యూమర్ తీయాలి అనేది చూసు కోవచ్చు. రికరెన్స్ తగ్గించొచ్చు.

న్యూరో నావిగేషన్ - తలపై ప్రోటో పెట్టగానే ట్యూమర్ ఏ భాగంలో ఉండో చూపిస్తుంది. కాబట్టి ట్యూమర్ ఉన్న భాగంలోనే కట్ చేసి ఆప రేషన్ చేయవచ్చు. మొత్తం ఓపెన్ చేయాల్సిన అవసరం ఉండదు.

సర్జరీ తరువాత

బయోప్సీలో కణిత బిస్టెన్ దా, క్యాన్సర్ అనేది తెలిసిపోతుంది. బిస్టెన్ ట్యూమర్ అయితే 6 నెలలకు ఒకసారి పాలి-ఆప్టికల్ రమ్మం టారు. క్యాన్సర్ కణిత అయితే రెడీయేషన్, కీమోథెరపీ కోసం క్యాన్సర్ స్పెషలిస్టు దగ్గరికి పంపిస్తారు.

కారణాలు

- డిఎన్ఎలో ఉత్పన్నతాలు (మార్పులు) సంభవించడం
- ట్యూమర్ సెలెక్షన్ జీన్స్ (పి53) ఇన్హిబిషన్ వల్ల అసాధారణ పెరుగుదల కనిపిస్తుంది.
- వంశపారంపర్య కారణాలు - న్యూరోఫైబ్రోమాస్, వాన్ హిఫ్మల్ లిండ్ (బిహెచ్ఎల్) సిండ్రోమ్ లాంటివి
- తీవ్రమైన గాయాలు (ట్రామా)

చికిత్స

ముందుగా మెదడుకు సిటి స్కాన్ చేస్తారు. ఆ తరువాత కణిత ఏ గ్రేడ్లో ఉందో తెలుసుకోవడానికి కాంట్రాస్ట్ ఎంఆర్ఐ చేస్తారు. ఒకవేళ అది మెటాస్టాసిస్ అని బయటపడితే ఏ అవయవం దగ్గర కణిత మొదలైందో తెలుసుకోవడానికి పెట్-సీటి చేస్తారు. సాధారణంగా 3 సెంటీమీటర్ల సైజు కన్నా చిన్నగా ఉండే ట్యూమర్లకు, ఫ్యానోమాస్ కి సర్జరీ అవసరం ఉండదు. రేడియోథెరపీ చికిత్స చేస్తారు. సర్జరీని జనరల్ అనెస్థీసియాలో చేయవచ్చు. లేదా అవే సర్జరీ కూడా చేయవచ్చు. దీన్ని అవేక్ క్రేనియోటమీ అంటారు. కదలికలను కంట్లో చేసి మోటార్ భాగంలో అంటే ప్రంటల్ లోబ్లో కణితాలు ఏర్పడినప్పుడు, జనరల్ అనెస్థీసియా ఇవ్వడం కన్నా అవేక్ క్రేనియోటమీ మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. కణితంలో కొంచెం భాగం తీసేసి హీమెంట్ మెలకువతో ఉంటారు కాబట్టి కాళ్ళు చేతుల కదలిక ఏలా ఉండో చెక్ చేయడం దీనివల్ల సాధ్యమవుతుంది. కొన్నిసార్లు కణితం తీయడానికి ముఖ్యకోగానే కదలిక ప్రభావితం కావచ్చు. ఇలాంటివి దాన్ని శస్త్రచికిత్సతో తీయకుండా, కీమో లేదా రేడియేషన్ ఇస్తారు. కదలికలు దెబ్బతినకుండా సర్జరీ చేయడం ఈ విధానంలో సాధ్యమవుతుంది.

స్ట్రీయోటాక్టిక్ బయోప్సీ

పుర్రె తెరువకుండా దాదాపు 2 మి.మీ. రంధ్రం చేసి, దాని గుండా చిన్న సూదిని పంపి చేసి బయోప్సీ ఇది. ఈ విధానంలో మొదట తలకు ఒక స్ట్రీమ్ ఫిక్స్ చేస్తారు. లోకల్ అనెస్థీసియా ఇస్తారు. తరువాత సిటి/ఎంఆర్ఐ చేస్తారు. అప్పుడు కొన్ని కొలతల ఆధారంగా సూదిని ఎక్కడి నుంచి, ఎంత పొడవు వరకు లోపలికి పంపాలనేది నిర్ణయిస్తారు. ఆ సూదితో బయోప్సీ తీస్తారు. స్ట్రీయోటాక్టిక్ బయోప్సీ సాధారణంగా వ్యర్థం. జనరల్ అనెస్థీసియా ఇవ్వ లేని వాళ్ళకు, ఎక్కువ టోల్ కణితాలున్నవాళ్ళకు, కణిత మెదడులో లోతుగా, లోపలి కణజాలాల్లో ఏర్పడినప్పుడు, మోటార్ కార్టెక్స్, డాలసుస్, బ్రెయిన్ స్టెమ్ లాంటి కీలకమైన భాగాల్లో కణితాలు ఏర్పడినప్పుడు ఈ రకమైన బయోప్సీ చేస్తారు. సాధారణంగా మెదడులో లోతుగా ఉన్న కణజాలాల్లో ఏర్పడిన కణితాలు క్యాన్సర్లే అయివుంటాయి. వీటికి కీమో లేదా రేడియేషన్ ఇస్తారు. ఎక్కువ టోల్ కణితాలుండనికొక కారణం వీటి అవ్వచ్చు.

డాక్టర్ భవాని ప్రసాద్ గంజి
సీనియర్ ప్రైన్ & న్యూరోసర్జన్
యశోద హాస్పిటల్స్, సికింద్రాబాద్
8121022333

పొలం పనులు చేసుకునే రైతులు... బరువులు మోసే కూలీలు.. ఇంతకుముందైతే నడుంనొప్పికి కేరాఫ్ అడ్రెస్లు వీళ్ళు. ఇప్పుడు మాత్రం నడుము నొప్పి, మడనొప్పి కనిపించని సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగి ఉండరంటే అతిశయోక్తి కాదు. ఎక్కువ సేపు కూర్చుని ఉండడం, కూర్చునే భంగిమ లాంటివన్నీ ఈ సమస్యలకు ప్రధాన కారణాలు. ఎక్కువ మంది భుజాలు జారి కూర్చుంటుంటారు. కాని కూర్చున్నా, నిల్చున్నా వెన్ను నిటారుగా ఉంచాలి. ఎక్కువ సమయం కూర్చోవాల్సి వస్తే వెనకాల సపోర్టు ఉండాలి. గంటకోసారి లేచి, అటూ ఇటూ నడవాలి. లేకుంటే ఆపరేషన్ చేయాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది.

నిటారుగా కూర్చోండి.. నడుమునొప్పికి బై చెప్పండి!

ఇటీవలి కాలంలో నడుమునొప్పి, వెన్నునొప్పి లాంటి వాటికి చిన్నా విద్యా వయసు తేడా తేరుకూ పోయింది. యువతలో జీవనశైలి కారణమే దీన్ని పిల్లలో కూడా నడుము నొప్పి రావడానికి కారణం మాత్రం న్యూట్ బ్యాగ్ లే. కొందరు పిల్లలకు పుట్టుకతోనే ఎముక సమస్యలు ఉండడం వల్ల కూడా ఈ నొప్పిలు రావచ్చు. సాధారణంగా స్పైన్ ఫ్యూజన్స్ ఏర్పడి ఇలాంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఇక వయసు పెరిగిన వాళ్ళలో ముఖ్యంగా ఆడవాళ్ళలో కాలియం తగ్గిపోయి ఆస్టియోపోరోసిస్ సమస్య వస్తుంది. దీనివల్ల ఎముకలు అరిగిపోతాయి. ఎముకలు అరిగిపోవడం వల్ల నడుము నొప్పి, కీళ్లనొప్పిలు సర్వసాధారణం. మెన్పాజ్ దాటిసాళ్ళలో ఈ నొప్పిలు సాధారణంగా కనిపిస్తాయి. గుంతల రోడ్డు, స్ట్రీట్ గా ముందుకు వంగి నడ పాల్సిన బండ్లు కూడా డిస్కో సమస్యలను తెచ్చుస్తాయి.

లక్షణాలు

నడుమునొప్పి వస్తూ పోతూ ఉంటుంది. కూర్చున్నప్పుడు, పని చేసేటప్పుడు నొప్పి లేస్తుంది. మొదటి దశలో ఇలా నొప్పి వచ్చిపోవడానికి కారణం నడుము కండరాలు బలహీనంగా ఉండడం. ఎముక, కండరాలపై బరువు సమానంగా పడాలి. లేకపోతే నొప్పి వస్తుంది. ఇలాంటిప్పుడు మూడు నాలుగు రోజులు మందులు వాడి, వ్యాయామం చేస్తే తగ్గుతుంది. కండరాలను బలోపేతం చేసి వ్యాయామాలు చేయాలి. - కూర్చుని లేచేటప్పుడు, ఎక్కువ సేపు నడిచి నప్పుడు, ఎక్కువ సేపు కూర్చున్నప్పుడు, నిలబడినప్పుడు నొప్పి ఉంటుంది. మొదట్లో నొప్పి వస్తూ తగ్గుతూ ఉంటుంది. ఆ తరువాత ఎప్పటికీ నొప్పి ఉంటూనే ఉంటుంది. నొప్పి తీవ్రత పెరుగుతుంది. దీన్ని కూడా నిర్లక్ష్యం చేస్తే సయాటికా నొప్పిగా మారుతుంది.

- కండరం పట్టేయడం (ముజిల్ స్పాష్ట్) వల్ల నొప్పి తీవ్రంగా ఉంటుంది. కండరం పట్టేయడానికి రెండు కారణాలుంటాయి. నడుము కండరం సంకోచించి అలాగే ఉండిపోవడం ఒక కారణం. పడుకున్నప్పుడు ఇది కొంచెం రిలాక్స్ అవుతుంది. అందువల్ల

వీళ్ళలో ఎక్కువ

- డ్రైవర్లు - ఎక్కువ దూరం డ్రైవ్ చేసి నప్పుడు ఎక్కువసేపు కూర్చుని ఉంటారు కాబట్టి నడుము నొప్పి వస్తుంది.
- కూలీలు చేసేవాళ్ళు, బరువులు మోసేవాళ్ళలో ఎక్కువ.
- సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగులు ఎప్పుడూ కూర్చునే పనిచేయాలి కాబట్టి వీళ్ళలో మెడనొప్పి ఎక్కువ.
- మెన్పాజ్ దశకు చేరిన మహిళలు

రెస్టల్ నొప్పి తగ్గుతుంది. ఇలాంటిప్పుడు ఏ పనిచేసినా, నిల్చున్నా, నడిచినా నొప్పి ఉంటుంది. పడుకుంటే మాత్రం తగ్గు తుంది. ఇప్పుడు కూడా మూడు నాలుగు రోజులు మందులు వాడి, ఫిజియోథెరపీ చేస్తే నొప్పి తగ్గిపోతుంది. ఇకపోతే డిస్కో చిరిగిపోయి దాని నుంచి రసాయనాలు విడుదలవడం వల్ల కూడా ముజిల్ స్పాష్ట్ అవుతుంది.

- బివరగా నడుము నుంచి నొప్పి కాళ్ళకు పాకుతుంది. దీన్ని సయాటికా అంటారు. చినిగిన డిస్కో పక్కనన్న కాలుకు వెళ్లే సయాటికా నరంపై ఒత్తిడి కలిగిస్తుంది. అందుకే నడుములో మొదలైన నొప్పి కాలుకు పాకుతుంది. ఇందుకు మరో కారణం రాడిక్యులైటిస్ - రసాయనాలు నరం మూలాన్ని ఇరిటేట్ చేసి నొప్పి కలిగిస్తాయి. దాంతో ఇది కాలికి పాకుతుంది. సయాటికా ఉన్నవాళ్ళకు రెడ్ ఫ్లాగ్ సంతకాలు కనిపిస్తే ఎంఆర్ఐ చేసి వెంటనే సర్జరీ చేయాల్సి ఉంటుంది.

రెడ్ ఫ్లాగ్ సంతకాలు

- కాళ్ళకు పట్టు ఉండదు. చెప్పులు వేసుకుంటే కూడా కాలి నుంచి జారిపోతాయి.
- మాత్రం వినక్తన సమస్య - ఇన్ఫాంటిస్టెన్ ఉంటుంది.
- మల విసర్జనపై పట్టు ఉండదు.
- డిస్కోలో ఇన్ఫెక్షన్ ఉంటే నడుము నొప్పితో పాటు తీవ్రమైన జ్వరం కూడా ఉంటుంది.

సమస్యకు మూలాల్నివే..

- ట్రామా - అకస్మాత్తుగా బైట్ మీద నుంచి కింద పడడం, మెట్లు ఎక్కుతూ, దిగుతూ కింద పడడం
- వెన్నుపొములో ఇన్ఫెక్షన్లు - క్షయ, ఇతర బాక్టీరియా ఇన్ఫెక్షన్లు
- వెన్నుపొములో కణుతులు
- డిస్కో డిజనరేషన్ - డిస్కోలోని కొల్లాజన్ తగ్గిపోవడం. వయసుతో పాటు కొల్లా

11. **నమస్తే తెలంగాణ**

జీవనరేఖ

[కఠినగఠ]
మంగళవారం 17 మార్చి 2020



సర్జరీ

ఓపెన్ లామినెక్టమీ - ఓపెన్ డిస్కెక్టమీ - వీటి ద్వారా ఎముకను కట్ చేసి దాని ద్వారా వెళ్లి డిస్కోను తొలగిస్తారు. ఈ సంప్రదాయక సర్జరీ ద్వారా ఎముక తీయకుండా డిస్కోను తీయడం సాధ్యం కాదు. నడుము వెనుక నుంచి వెళ్ల ఈ సర్జరీ చేస్తారు.

మైక్రోసాఫ్టిక్ డిస్కెక్టమీ - ఓపెన్ సర్జరీ కన్నా చిన్న కోత (1 సెంటీమీటర్) వెళ్లి మైక్రోస్కోప్ ద్వారా చూస్తూ సర్జరీ నిర్వహిస్తారు.

వీటి తర్వాత ఇప్పుడు ఎక్కువ కోత అవసరం లేని సర్జరీలు చేస్తున్నారు.

కీజిల్ - ఎండోస్కోపిక్ డిస్కెక్టమీ : నడుము పక్క వైపు నుంచి 1 సెం.మీ కన్నా చిన్న రంధ్రం వెడతారు. దీని నుంచి డైరెక్ట్ గా డిస్కో స్పైన్ లోకి వెళ్తారు. మైక్రోస్కోప్ ద్వారా సరం మీద ఒత్తిడిని తీసేసి నరాన్ని ఒత్తిడి నుంచి ప్రే చేస్తారు.

రేడియో అల్ట్రాసౌండ్ - రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీని పంపి డిజనరేట్ అయిన డిస్కోను అల్ట్రేట్ చేస్తారు.

ఫిజియో - కొన్నిసార్లు డిస్కో డిజనరేషన్ వల్ల ఒక ఎముక ఇంకొకదానిపై నుంచి కిందికి జారుతుంది (లిస్టెసిస్). ఈ సమస్యకు ఇంతకుముందు ఓపెన్ సర్జరీ చేసేవాళ్ళు ఇప్పుడు మినిమల్ ఇన్వేసివ్ సర్జరీ (ఎంఐఎస్) ద్వారా జారిపోయిన దాన్ని సరిచేసి ట్రూత్ ఫిక్స్ చేస్తున్నారు.



జన్ తగ్గడం వల్ల గ్యాప్ తగ్గి, నరం మూలం ఇరిటేట్ అవుతుంది.

- డిస్కో బల్జ్ - డిస్కోపై ఒత్తిడి వల్ల అది బయటికి వస్తూ, లోపలికి వెళ్తూ ఉంటుంది. నడుము కండరాలు బలహీనంగా ఉండడం వల్ల ఇలా జరుగుతుంది.
- డిస్కో ప్రొట్రూజన్ - డిస్కోపై బరువు పడడం వల్ల డిస్కో బయటికి వచ్చేస్తుంది. దీన్ని డిస్కో ప్రొట్రూజన్ అంటారు.
- ఎక్స్ట్రూజ్డ్ డిస్కో - డిస్కోపై చిన్నగా టేర్ అవుతుంది. దాని నుంచి రసాయనాలు బయటకు వస్తాయి.
- మైగ్రేటెడ్ డిస్కో - డిస్కో మొత్తం వెళ్లి ఇంకోచోట ఉంటుంది.

డయాగ్నోసిస్

శారీరక పరీక్షలో భాగంగా స్ట్రెయిట్ లెగ్ రైజింగ్ టెస్ట్ చేస్తారు. కాలును పైకి లేపడం, ఇటూ అటూ కదిలించడం లాంటివి చేయించి పరీక్షిస్తారు. నరంపై ఒత్తిడి ఉంటే కాలును 30 డిగ్రీల కన్నా ఎక్కువ పైకి లేపలేరు. పరీక్ష నరం ప్రభావితం అయితే పాదాలను కదల్చలేరు. కాళ్ళ కదలికలను బట్టి అంటే ఏ రకంగా కదల్చలేకపోతున్నారో అనే దాన్ని బట్టి సమస్య ఏది, ఎక్కడుందోని నిర్ణయిస్తారు. ఈ పరీక్ష వల్ల నొప్పి కారణం కండరమా, నరమా, ఎముకా అనేది తెలుస్తుంది. ఆపసరాయి బట్టి ఎక్స్ రే, ఇన్ఫెక్షన్ కోసం రక్తపరీక్ష, ఎంఆర్ఐ కూడా చేస్తారు.

డాక్టర్ కె.యస్. కిరణ్
సీనియర్ ప్రైన్ & న్యూరోసర్జన్
యశోద హాస్పిటల్స్, సికింద్రాబాద్
8121022333

విద్య ఉద్యోగ సమాచారం

యాపీఎస్సీ

న్యూఢిల్లీలోని యూనియన్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (యాపీఎస్సీ) కేంద్రంలోని వలు శాఖల్లో కింది పోస్టుల భర్తీకి ప్రకటన విడుదల చేసింది.

- మొత్తం ఖాళీలు: 85
- పోస్టులు: టీఎం డిజైన్ ఇంజనీర్, ఆసిస్టెంట్ ఇంజనీర్, ఆసిస్టెంట్ వెటర్నరీ ఆఫీసర్, ఆసిస్టెంట్ ఎంప్లాయిమెంట్ ఆఫీసర్ తదితరాలు ఉన్నాయి.
- అర్హత: సంబంధిత సబ్జెక్టుల్లో ఇంజనీరింగ్ డిగ్రీ, పీజీ ఉత్తీర్ణత, అనుభవం ఉండాలి.
- ఎంపిక విధానం: రిట్రాక్టివ్ మెథడ్ ద్వారా, ఇంటర్వ్యూ
- దరఖాస్తు: ఆన్లైన్లో
- చివరితేదీ: ఏప్రిల్ 2
- వెబ్సైట్: <https://www.upsc.gov.in>

ఎన్టీఏ నెట్-2020

యాజీసీ నెట్ జూన్-2020

- సబ్జెక్టులు: హ్యూమానిటీస్, లాంగ్వేజెస్ తదితరాలకు సంబంధించిన మొత్తం 81 సబ్జెక్టుల్లో యాజీసీ నెట్ను నిర్వహిస్తారు.
- సీఎస్ఐఆర్-యాజీసీ నెట్-2020
- సీఎస్ఐఆర్-యాజీసీ సంయుక్తంగా నిర్వహించే నెట్ ఎగ్జామినేషన్ బయ సబ్జెక్టుల్లో నిర్వహిస్తారు.
- సబ్జెక్టులు: కెమ్బ్ సైన్స్, ఫిజికల్ సైన్స్, కెమికల్ సైన్స్, ఎర్త్, అల్ట్రా స్పియరీక్, ఓషన్ అండ్ ప్లాస్మాటిక్
- సైన్స్, మ్యాథమెటికల్ సైన్స్.
- పై రెండు పరీక్షలను కంప్యూటర్ బేస్డ్ టెస్ట్ (సీ బీటీ) ద్వారా నిర్వహిస్తారు.
- జూనియర్ రిసెర్చ్ ఫెలో (జీఆర్ఐఎఫ్), ఆసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ పోస్టులకు అర్హత కోసం నెట్ ఎగ్జామినేషన్ నిర్వహిస్తారు.
- పై రెండు నెట్ల ముఖ్యతలు:
 - దరఖాస్తు: ఆన్లైన్లో
 - చివరితేదీ: ఏప్రిల్ 16

కళింగలో ప్రవేశాలు

ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఎమినియన్స్ గుర్తింపు పొందిన కళింగ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ టెక్నాలజీ (కీఐఐటీ) యాజీసీ, పీజీ కోర్సుల్లో ప్రవేశాల కోసం ప్రకటన విడుదలైంది.

- కీఐఐటీ డిప్లొమా యూనివర్సిటీ. ఈ సంస్థలో ప్రవేశాల కోసం నిర్వహించే పరీక్ష కోసం అప్లికేషన్, ఎగ్జామ్ ఫీజు లేదు.
- కోర్సులు: బి.టెక్, బీ.ఆర్.బి, బీ.ఎస్సీ సర్టిఫికేట్, బి.ఎం.ఎం.ఎం, బి.ఎం.ఎం, పీహెచ్.డి తదితరాలు ఉన్నాయి.
- దరఖాస్తు: ఆన్లైన్లో, చివరితేదీ: మార్చి 31
- వెబ్సైట్: www.kiit.ac.in
- పరీక్షతేదీ: యాజీసీ నెట్ - జూన్ 15-20 మధ్య నిర్వహిస్తారు.
- సీఎస్ఐఆర్-యాజీసీ నెట్ - జూన్ 21న నిర్వహిస్తారు.
- వెబ్సైట్: <https://nta.ac.in>

సీపెట్లో 70 ఖాళీలు

చెన్నైలోని సీపెట్లో ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ టెక్నాలజీ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ (సీపెట్)లో కొల్యాట్ల ప్రాతిపదికన కింది పోస్టుల భర్తీకి ప్రకటన విడుదలైంది.

- పోస్టు: ఆసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ (గ్రేడ్ 1, 2, 3)
- మొత్తం ఖాళీలు: 70
- అర్హతలు: సంబంధిత సబ్జెక్టుల్లో ఎం.కా/ ఎం.టెక్, పీహెచ్.డి ఉత్తీర్ణత, అనుభవం ఉండాలి.
- ఎంపిక విధానం: రాతపరీక్ష, సిగ్నల్ ప్రొజెక్ట్ టెస్ట్, ఇంటర్వ్యూ.
- దరఖాస్తు: ఆన్లైన్లో
- చివరితేదీ: ఏప్రిల్ 13
- వెబ్సైట్: <https://www.cipet.gov.in>

