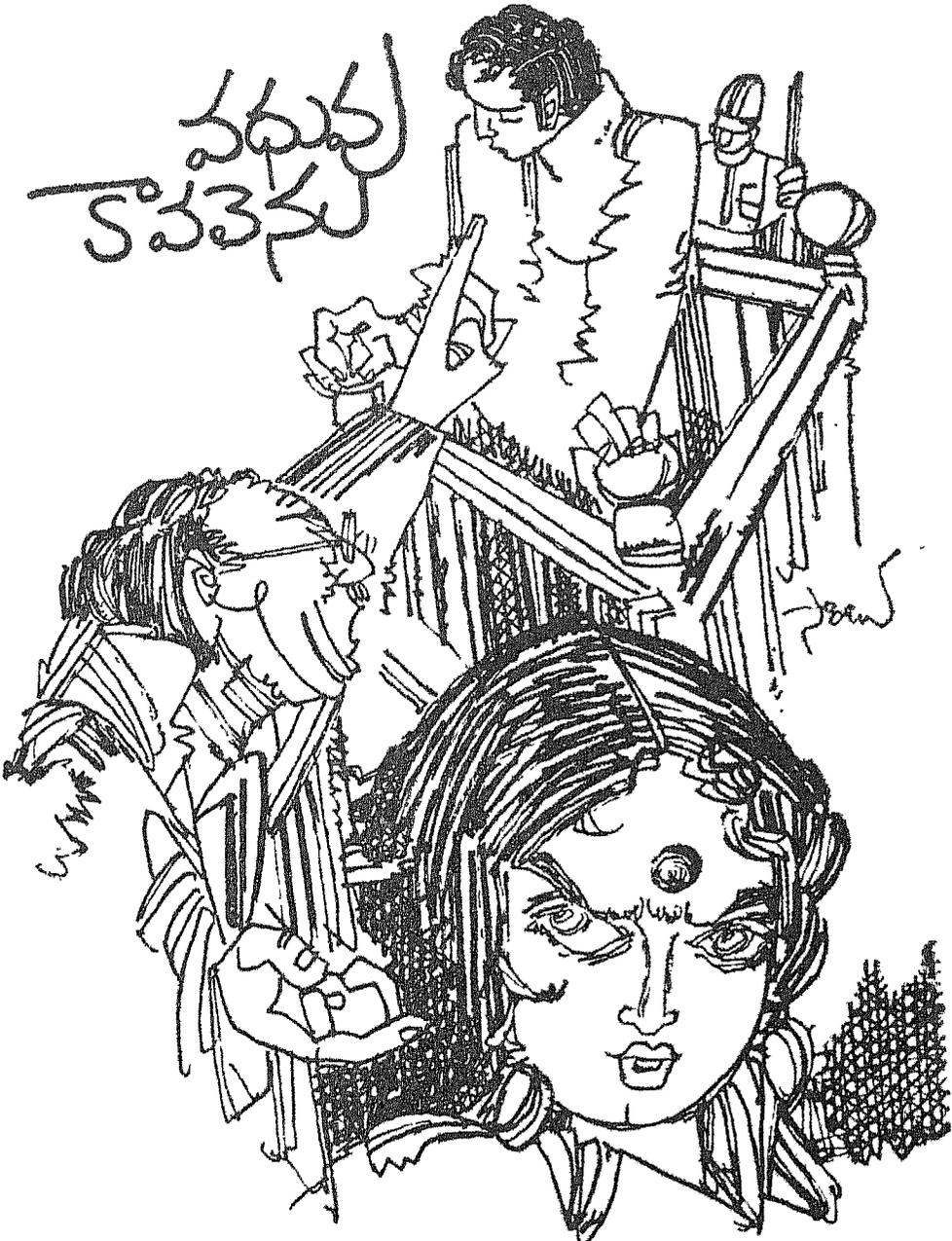


శిండ్ల మా అక్కయ్యలూ, అమ్మగారు
 తమను అగ్రాజీవి సేవలో ఉంచవచ్చును.
 మేము కొండపల్లి సరికి కొండపల్లె
 ఎవరితో వివాహం జరుగుతుంది.
 ప్రతి వివాహమైనా మరకూహంతో వెండి,
 కొడుకుని, వెండి, కూతుర్ని చూద్దా
 మని వెండి మండపంలోకి వెళ్ళును.
 అక్కడ వెండి పీటల విరాళం ఈ
 అనందరావును సూచి తెప్పించని కేకనీసి,
 'అతివీ వా ధర్మ' అని అరిచేను. అందరూ
 మూగారు. మెల్లగా జారుకుంటున్న
 అనందరావుని చుట్టుకున్నాడు. అప్పుడు
 అతడి పేరు గోపీనాథ్. అతనివలె చాలా
 వ్యయంగా వెళ్ళి పోతుంటాను తిప్పి
 వచ్చేను. నా లాగే మోకరిస్తున్న ఆ ప్రా
 లుగ జీవితాన్ని కూడా నాకుం చేతు
 కుంటా ఆనెను. వా ధర్మ అం
 అనందరావు ఈ గోపీనాథ్."

"ఇక ప్రాసెడ్యూర్ లెంజవ పా
 వివరిస్తాను."

"నా పేరు మునిశత. నాది చెవారి.
 మమారు మూడున్నర సంవత్సరాల
 క్రితం వేసు తెవాలిలో బి. ఎ. చదువు
 తూండేదాన్ని. ఒక నాడు వెను కాలేసి
 సుండి పసికంటే మిమ్మమోహన్ అనే
 ఈ ముద్దాయి సన్ను విలకరించేడు.
 నేను అవని చెప్పకుండా వెళ్ళిపోయేను.
 మరలనాడు మళ్ళీ సన్ను మాని చిరునవ్వు
 చిందించేడు. నేను విట్టింపకోలేదు.
 ఇలా అప్పున్నప్పుడు వెనుకనుండి విలక
 రించడనూ, చిరునవ్వు పోలేయడమూ
 మున్నాండే వాడు. నేను చికాకుపడేదాన్ని.
 ఆఖరికి ఒక నాడు నేను కాలేచి నుండి
 ఎన్నాంటే సాయంత్రం నా వేతిలో
 ఒక తల్లిరం పెట్టి త్వరగా వెళ్ళిపోయేడు.
 నాకు చాలా కోపం వచ్చింది. చింది వారేదా
 మునుకున్నాడు గానీ, ఏం ప్రాశాద్
 చూద్దామన్న కుతూహలంతో పారెడం
 తెలు. ఆ లాశి రహస్యంగా నా గదిలో
 చదివేను ఆ ప్రేమలేఖను. నా అందర్నా
 తెగపాగిలేదు. నా ఒళ్ళు పులకరించింది.
 అతడు ఎన్. ఎ. ఫుల్లర్నా నుండి పాపయ్య
 డలు. ఇంకా ఉప్పగించి కాలేచిట! తను
 మిట్టతలగలి కులుండానికి చెందినవాడని
 ప్రాగించి. నా అందర్నా చూసి నవ్వు
 డయ్యేవటం. చచ్చు భార్యగా పొందని
 నాడు తన ఇన్స్ట్రక్షన్లను మేను తన
 ప్రేమను తిరస్కరిస్తే ఆత్మహత్య చేసు
 కుంటాడటం! కనీసం చచ్చు తనతో
 పప్పుతూ మాట్లాడమని ప్రార్థించేడు.
 నాకోసం అగమ్యగంచరిగా ఉంది.
 మా స్వామిగారు తెవాలిలో పెద్ద వర్త
 కులు. మాది చాలా పంపవచ్చు కులుంబం.
 అత డెవడో నాకు తెలియదు గానీ,
 చక్కని రూపులేని లున్నవాడు; విద్యా
 దికుడు. నాకు తెలియకుండానే చిన్న
 అక్కరణ కలిగింది.

వధువు కావకెక్కు



మరనాడు మళ్ళీ లడీ చోట కలిసేడు
 — 'నా చక్కని ప్రాణమో, అని పిలవ
 రించేడు. నేను తిరస్కరింకా చూసి
 రెండడుగులు ముందుకు వెళ్ళిను. అతడు
 గాతంగా నిట్టూర్చి, 'నీ ప్రేమను పొంద
 లేని నేను బ్రతికుండడమే వుళ్ళా! నాకు
 మృత్యువే శరణ్యం' అని వెళ్ళిపోయేడు.
 నాకు ఒక సక్క భయం, మరోసక్క జాలి
 కలిగాయి. 'ఏయ్, మిస్టర్! నీ పేరు?' అని
 అడిగేను. ఆ జాలే నా కొంప ముంచింది.
 ఆ నాటనుండి మా పరిచయం అభివృద్ధి
 చెందింది. తనకు తల్లితండ్రులు లేరని,
 మేనమామ ఇంట్లో ఉంటున్నానని
 చెప్పేడు. ఓనాడు తన ఎన్.ఎ. పర్ఫెక్టులు
 కూడా తెచ్చి చూసించేడు. త్వరలోనే

-యరగుంట్ల సూర్యమూర్తి
 ఏదై నానుంచిదోగం దొరకవచ్చున్నాడు. అఖరికి తెగించి ఓనాడు ఎవరికీ చెప్ప
 కుండా విలంపాడ వెళ్ళి ఇద్దరం రిజి
 స్ట్రర్లు మూడెని చేసుకున్నాం. తెవాలి తిరిగి
 పచ్చేం. మా నాళ్ళకు ఏమీ చెప్పవ
 ద్దన్నాడు. అవకు త్వరలోనే పాడదా
 బాదులో ఉద్యోగం దొరుకుతుంటానని,
 అప్పుడు మేము మా ఇల్లు అనేది
 ఏర్పరుచుకున్న తరువాత మా నాళ్ళకు,
 తన నాళ్ళకు చెప్పవచ్చని అన్నాడు. వరే
 నన్నాను.
 కోప్పాళ్ళు మేము దొంగతనంగా
 కలుసుకుంటుంటే నాళ్ళు, అఖరికి ఒక
 వాడు పిమ్మమోహన్ ప్రాసెడ్యూర్ చక్క

వేసు నాలుగు వేల విలపణి నా నగల్గి వచ్చేనని చెప్పేడు. అదే మా మొదటి పరిచయం. రెండు రోజుల తరువాత మా వాళ్ళగారి బిరువాలోని నాలుగు వేల ఊసాయల్ని తీసుకున్నాడు. ఆ పై న మేము హైదరాబాదు పారిపోయేం. అక్కడకు చేరిన వారం రోజుల తరువాత నేను విద్రాహితాంటే ఆ ఆడైకోంపల్ నన్ను పదిలేసి, నా నగల్గి, నా డబ్బును తీసుకుని పరార్తై పోయేడు. నా పర్యుతోపాత్రం లైలు ఇరుగు నిమిత్తం ఓ నూరు ఊసాయలు లుంచి పోయేడు-రాస్కోల్! వేసు ఏడుస్తూ చెనేదేమీ లేక నా అల్లి తండ్రుల దగ్గిరికి చేలేను. నన్ను నాలుగు తన్ని ఇంటికి రానిచ్చేరు. ఈ డుర్దు క్కుడు ఇలా పన్ను మోసగించేడు. ఇతడు పరమం కిలాతరుడు - వీణ్ణి శిక్షించండి, సార్."

ప్రాసీక్యూషన్ మూడవ సాక్షి సరస్వతి కథనం:

"నా పేరు సరస్వతి. నేను శ్రీకాకు తంకో ఓ హైస్కూలు టీచరుగా పని చేస్తున్నాను. రెండు సంవత్సరాల క్రితం ఒక రోజున ఈ ముద్దాయి భానుమూర్తి మా స్కూలుకి వచ్చేడు ఏడేళ్ళ పిల్లను వెంటపెట్టుకుని. ఆ పిల్ల తన బంధువుల అమ్మాయని, ఆ అమ్మాయి తండ్రి కలకత్తాలో పనిచేస్తున్నాడని, అందుకే తను ఆ పిల్లను ఎడ్మిట్ చేయడానికి భానుమూర్తి కలిగి వచ్చే ఢిల్లీలో ఓ పెద్ద కంపెనీలో ఇంజనీరుగా పనిచేస్తున్నాడంటి భాను

మూర్తికి తల్లి లేదట. తండ్రి ఢిల్లీ లోనే గవర్నమెంటు ఆఫీసరు. భాను మూర్తి, ఒక చెల్లెలు మాత్రమే ఆయన సంతానం. ఆ చెల్లెలు ఢిల్లీలోనే హై స్కూల్లో చదువుతున్న డట.

ఓ వాడు కలింగవల్లుం పెళ్ళి నముద్రం ఒడ్వన కూర్చున్నాం. నా ఒడిలో తల పెట్టి పడుకున్నాడు. ఏవో తియ్యని కబుర్లు చెప్పేడు. తన బస్సు స్టాం రాజమండ్రి అన్నాడు. తనకు ఎనిమిది పందలు జీతం వస్తున్నట్లన్నాడు. ఆరానవల్లిలో ఎవడో ప్యేస్మాతుడికి పెండ్లంటే వచ్చేనని, నన్ను స్కూల్లో చూసిన తరువాత తన మనస్సుని కోల్పో యేనని, నా అందానికి సమ్మోహతు డనయ్యేనని, అందుకే తన సెలవును పొడిగించి శ్రీకాకుళంకో ఉండిపోయేనని చెప్పేడు. ఆ మాటలన్ని నా చెవులకు సంగీతంలా వినిపించేయి. తనను తప్పక పెండ్లాడటా నన్నాడు. తనని పెండ్లాడ మని నన్ను బ్రతిమిలాడేడు. తన తండ్రికి ఆ మరునాడే ఉత్తరం వ్రాసి, మా పెండ్లికి ఎలాగైనా ఒప్పిస్తా వన్నాడు. అతడి ప్రేమకు పరవరించి ఆతడి బాహువుల్లో ఒడిగిపోయేను.

ఆ మరునాడే ఢిల్లీలో ఉన్న తన తండ్రికి ఉత్తరం వ్రాసేడు. వారం రోజుల తరువాత జవాబు వచ్చింది. ఆ ఉత్తరం వాకు చూపించేడు. కల్లుం ఎనిమిది వేలకు తక్కువైతే ఒప్పుకునేది లేదని దాని సారాంశం. వాగావలి ఒడ్వన కూర్చుని నేను విద్రాహం వలా తర్జన భర్జన వడిక తరువాత ఓ నిర్ణయానికి వచ్చేం. భానుమూర్తి తన బాంబులో ఉన్న డబ్బు మూడు వేలు రవాన్యాగా తన దానికి, వేలు మా ఇంటిని తనఖాపెట్టి అందుకు వేలు తనదానికి నిర్ణయించు కున్నాం. మొత్తం ఎనిమిది వేలు తన తండ్రికి పెండ్లివాడు ఇవ్వడానికి, పెండ్లి అరసవల్లిలో వలా సింపుల్ గా చేయడానికి ఒప్పందం చేసుకున్నాం. తరవాత తనకు సెలవు దొరకక పోవచ్చు కనుక మరో పదిహేను రోజులలో ఉన్న ముసూరాల్నై వేము విళ్ళయించు కున్నాను.

పెండ్లి అయిన తరువాత భానుమూర్తి నన్ను హాసీమూనోకి తీసుకుని వెళ్ళి, తిరిగి వచ్చిన తరువాత తనకో ఢిల్లీ తీసుకు వెళలా వన్నాడు. అంతా ఏర్పాలుయింది. భానుమూర్తి ఢిల్లీకి వెళ్ళి, సెలవు పొడి గించి, తన తండ్రిని తీసుకుని వచ్చేడు. వాళ్ళు చెల్లెలికి వరీక్షలు కనక లాల్ క పోయిం దన్నాడు.

విజయ్ ఎన్నో కారణాల వలన అన్ని కాలాలకు అత్యుత్తమమైనది.

భారతదేశంలో తయారైన మొట్టమొదటి అటోమోటివ్ లిఫ్టింగ్ ప్యాకెట్ - ఇప్పటికీ లక్షలాది ప్రజలకు ప్రేమదాయకమైనది.

ముఖ్యమైన లక్షణాలు:

- డబుల్ క్రోమియం ప్లేటింగ్ - దీర్ఘ కాలపు మన్నికకు
- అపొరీయ సర్దుతిలో డూపొందించబడనది.
- క్రమబద్ధంగా వేడిచేసే ఎలిమెంట్
- వేడినుండి, కరెంట్ నుండి సంపూర్ణంగా మీ చేరిని రక్షించే హాంబిల్
- సులభంగా కూడబానికీ పీల్చిన డయల్
- శ్రేష్టమైన కర్రోస్టాట్ - సరైన వేడిని ఇవ్వటానికి
- వినియోగం చేసే సర్దుపునకుండా ఉండటానికి - ప్లాస్టిక్ పొరాలు

విజయ్ తయారుచేసే ఇతర మోడల్స్:

అటోమోటివ్ - VA74 మరియు VA76

అటోమోటివ్ కానిది - VNA75, VNA76, VNA77

విజయ్ 9న్ని ముఖ్యమైన ఎలక్ట్రికల్ వస్తువులను క్రయించే పోపులో లభ్యమవుతుంది.

ఆసోసియేటెడ్ మార్కెటింగ్ ఏజెన్సీస్

ఎ.ఎమ్.వి. హౌస్, హైదరాబాద్,
8-9-88/1, ఎ.కె. రి. ఛానల్ రోడ్,
హైదరాబాద్-500 001.

విజయ్ - కంపెనీల మనోకా మిత్రుడు.

ఈ మోసగాడిచేత పుస్తా కట్టించుకోవటం బంబుల పద్మాను. జడ్జి గారు, అతణ్ణి కఠినంగా శిక్షించాలి. అప్పుడే మా అందరినీ మనస్థాంబి."

"ప్రాసిక్యూటర్ ప్రసాద్ పెట్టివ పొక్కల నల్ల, ముద్దాయి అన్న నేరార్థి ఉప్పుకోడం వల్ల బుజాదైంవేసుంటే, కృష్ణమూర్తి అల సేరిగల ఈ ముద్దాయి వలపురి ప్రీటుల మోసగించి, ఒకటి తరవాత మరొకరిని వెరవాళ చేసుకొని, వాళ్ళను దోచుకుని ఏలాడేవాడని. అందు చేత ఇతణ్ణి ప్రహార నిరంబంబి పాలు గెప్పుకొనివార గాంధీజీను దివిస్తున్నాను. ఈ సాక్ష్యాల వల్ల కృష్ణమూర్తి అపరేకు గల ఈ ముద్దాయి మొట్టమొదట అన్ని పూర్ణ అనే యువనిని వివాహం చేసుకున్నాడని వివరాంబంబుడినది కవక ఈ వివాహమే శాస్త్ర వమ్మతమైన వివాహమని, తనదంటి అరిగిన వివాహాలు చెల్లనేడవు కనుక ఆ వివాహంను ఇంకా మూంంగా కర్షణచేయడ మైవది."

అన్న పూర్ణ అనేకం అనింది. "పోర్ - ఈ కుప్పరుడు చేసిన సార మైన నేరాలకు ఇంత చిన్న శిక్ష లో కురిపించడం దీనినీ నలుబుగా చేడో! ఇన్ని నంబర్లారా వాకు శిక్ష డను కలి గించిన ఇతణ్ణి కట్టు వారు క్షమించినా నేను క్షమించను. ఇతడి ప్రాజార్తి తియ్యనిదే వదలను."

జడ్జి గారు తీవ్రంగా ఓపారి అన్న పూర్ణను మూని వీదో అనబోయి, మళ్ళి విధాయింబుకుని సాలోచనగా చిరు నవ్వు నవ్వి వెళ్ళినారు.

జడ్జి గారి ఛాంబరులో జడ్జి గారి స్టేసుచుడైన నల్లకీ ప్రాసిక్యూటర్ చంద్రశేఖరం అవ్వాడు - "ప్రధానకర గారు! కొంటికి ఈ అన్న పూర్ణ ముద్దాయి కృష్ణమూర్తిని నాలుగు ఏంబర్లారల తరవాత జైలునుండి విడు తల కాగానే వంపెయింబు కదా?"

జడ్జి నవ్వుతూ - "అలా ఎప్పుటికీ జరగదు. యుగయుగాల మంచి పురు షుడు ప్రీటి మోసగుస్తూనే ఉన్నాడు. పురుషుడు నంబుడు అని తెలిసికూడా ప్రీటి పురుషుణ్ణి విశ్వాసుస్తూనే ఉంది. ఈ కృష్ణమూర్తి జైలు నుండి విడుదల కాగానే అన్న పూర్ణ ఇంటికి వెళతాడు. వీడు ఆ నాలుగెళ్ళి వీడును వేపు అఖరి పాగు మూసిన చూపే చేస్తుంది అ నభి. ఆ ఇంటికి వెళ్ళి, 'అన్న పూర్ణా, వీళ్ళు క్షమించి, వాడొక్కడైన నీతోను, వా కొంటుకొని పంపు ఉండవలె' అని ప్రాటింటి ఉడి, వచ్చాడని నడి

వైద్య విజ్ఞానం

మధుమేహంలో ముందు జాగ్రత్తలు

మధుమూర్తి కథా, మధుమూడన రావు కథా చదివినాక మనం గేర్లుకో వలసిన నీతి ఏమిటుంటే, మనం మధుమేహం నిషయంలో కొన్ని ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

మొట్టమొదట మధుమేహం వ్యాధి నిర్మూలం ప్రారంభ దశలోనే జరిగడానికి ప్రతి వ్యక్తి అడపా దడపా కనవం ఏడాది కొకసార్లైనా మూత్ర పరీక్ష చేయించుకోవాలి. తర్రో, తండ్రి, తాత, ముత్తాతో మధుమేహం లోగి అయి ఉంటే ఇది మరి ముఖ్యం. అతి దాహం, అతి ఆకలి, అతి మూత్రం వగైరా లక్షణాలు పొడనూపితే తప్పక జాగ్రత్త వహించాలి. రణాలూ, గాయాలూ మానకుండా వేధిస్తున్నా కూడా మూత్ర పరీక్ష, రక్త పరీక్షా అవసర మవుతాయి.

వంక చరిత్రలో మధుమేహం ఉంటే కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే మధు మేహం అవతరణ కాలాన్ని కొన్నేళ్ళు వాయిదా వేయవచ్చు. ఆహారంలో సిండ్ వదర్లాలూ, కేలరీలూ తక్కువ చేయాలి. మనస్సి వయసుకూ, ఎత్తుకూ తగ్గులు ఎంత జరుపు ఉండాలో అంచనా వేసి దానికి అనుసరమైన ఆహార పరిణామాన్ని నిర్ణయించు కోవాలి కానీ, మనస్సి ఉండే యితర మైన జరువుకు అనుసరమైన అహారాన్ని పుచ్చుకో కూడదు. చక్కెర, అరటిపండ్లు, ఉర్రగడ్డలు లాంటివి తగ్గించాలి. ఆకుకూరలూ, పాలూ, చక్కెర చేది కాఫీ, టీ పానీయాలూ, ఛార్జీట్ డిగ్నోట్లూ లాంటివి పుచ్చుకుని పొట్ట నింపుకోవాలి. ఇలాంటి ఆహారం పుచ్చు కుంటూ వ్యాయామం చేయాలి. ఈ రెండింటి వల్లా మధుమేహాన్ని కొంత వరకూ వాయిదా వేయవచ్చని శాస్త్ర జ్ఞులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

"దాండా దాండ" అన్నట్లు అలా మగ తిడ్లరూ మధుమేహం రోగుల కాకూడదు. ప్రత్యక్షంగా ఇద్దరు మధు నట్లు రెండు కన్నులీ చుక్కలు రాల్చగానే వెన్నెలా కరిగిపోయి, అతడి చేతిలో వాలి పోతుంది. అందుకే ప్రీటి అజల లంటారు. ఆ బలహీనతే అడదాని బొప్పెల్లూన్ని తెలుపుతుంది! ✽

మేహం ఉన్న వ్యక్తులు వివాహం చేసుకో కూడదు. మధుమేహం అనువంశిక వ్యాధి కాబట్టి, వీళ్లకే కథావారుల పంక వృత్తుల వివరాలు సేకరించి జాగ్రత్త వహిస్తే, ఈ వ్యాధి నిరోధం కొంత వరకు సాధ్యమవచ్చు.

మధుమేహం మనస్సి తీసి తిన కూడదు. అంటే కార్యోపైక్షేటలు ఎక్కువ పనికిరావు అని అర్థం. శారీర్క పైక్షేట్లు తేసి సాథిన్ లాంటి వీటి వదర్లాల పుచ్చుకోవచ్చు. అందుకనే వీరు చక్కెరకు బదులు సాథిన్ వాడుకో వచ్చు.

చాలా కాలం నుంచీ ఉన్న మధుమేహం నరాల మీద డెబ్బ వీస్తుంది. నరాల

డాక్టర్ గుంటుపల్లి రాధాకృష్ణమూర్తి

బలహీనత రాకుండా కాపాడుకోవటానికి బి-విటమిను అవసరం. దీనిని నిరోధించ టానికి బి-కలిసిన బి-కాంప్లెక్సు బిల్లుల రోజూ విధిగా పుచ్చుకోవాలి. నరాల బలహీనత లక్షణాలు తలనూపిన తరవాత అంత ప్రత్యక్షంగా బి-కూడా మూత్రం రూపంలోనో, ఇంకొక్క ప్ల రూపంలోనో తీసుకోవలసి ఉంటుంది.

ఈ వ్యాధి నరాల మీదే కాకుండా రక్త నాళాల మీదకూడా ప్రభావం కలిగి ఉంటుంది. దీని ప్రభావం ముఖ్యంగా కళ్ళలో కనబడుతుంది. ముందు జాగ్ర త్తులు తీసుకోకపోతే కంటి మూపు పోయే ప్రమాదంకూడా ఉంటుంది. గుండె కండలాలోని రక్త నాళాలలోకూడా అదే దుగా మార్పులు రావచ్చు. ఆహారంలో కొప్పు వదర్లాల పరిమాణం చాలా వరకూ తగ్గించాలి.

చికిత్స విషయంలోకూడా కొన్ని మెలకువలు తెలుసుకోవాలి. వీళ్లనంద వరకు ఆహారంలో మార్పులు చేసుకుని, వ్యాధిని తగ్గించుకునేటట్లు చూసు కోవాలి. కేవలం ఆహారం మార్పుల వల్లే తగ్గని వక్షంలో డాక్టర్లు ఇప్పటికీ కొద్ది మోతాదులో ఇచ్చి కంట్రాల్ చేస్తారు. ఇప్పటికీ ఆ మోతాదులో యావశ్యి తమూ పుచ్చుకుని తీరవలసిందే. రక్త

కాలం రోజూ, కళ్ళలోనూ మార్పులు కాకుండా ఉండటానికి మధుమేహాని దన్నే తరకాల మూత్రం కంటి ఇప్పుడే శ్రయిస్తున్నవని చాలా మంది జాగ్రత్తలు అభిప్రాయం. ఇప్పుడే మనస్సికి ఎంత నుంచీ కరిగిపోవులో, మోతాదు మీరించే అంత చెప్పమటాకా మరగించడం. కాబట్టి వేర్వేరుకు విషయంగా ఇంకొక్కో చేసుకునేవారు ఇప్పుడే దాండ్ విషయంలో చాలా జాగ్రత్త వహిస్తేవాలి. ఇప్పటికీ ఎలా ప్రోట్రానో, అలాగే ప్రోగంధ కంపూడా. ఇప్పుడు తీసుకునే వారు నిర్లబ్ధుడూ వెలులో చక్కెర పొట్టమో, పిప్పరసుంటు బిల్లులో ఉంచుకువాలి. అహారం నాకలి, రక్తం లోని చక్కెర పరిమాణం తగ్గిపోతే తది తిరిగివచ్చు ఉండటం, నీరుంటూ ఉండటం, చెమటలు పొంబుంటు లాంటి లక్షణాలు పొడనూపితే ఎంతవే కొంచెం చక్కెర తినాలి. తెజవతే ఏదైనా అహారం పుచ్చుకోవాలి. డైరీలో మొదటి సెసో "ఉంబాగెట్" అని లోడా తీసుకునే ఇప్పటికీ శర్మ యూని ట్లవీ సూచన ఉండాలి. భూ ఉంటే ఒక వేర అనుకోకుండా పుప్పూ తప్పి కడిపొయినా డాక్టరు చికిత్స చేయటానికి ముఖ్యంగా ఉంటుంది.

మధుమేహం రోగికి అనిత కాళ్ళు త్వంత వచ్చేదాయాది బ్లడ్ ప్రెషర్. కాబట్టి అప్పుడప్పుడూ బ్లడ్ ప్రెషర్ ఎంత ఉందో చూసుకుంటూ, ఎక్కువగా ఉంటే తగిన చికిత్స చేయించుకుంటూ జాగ్రత్త పడాలి. వీళ్లనంద వరకూ గాయాలు తగ్గి ఉంటూ చూసుకుంటూ ఉండాలి. గాయాలు తగ్గినప్పుడూ, అవసరమైన అవసరమైనప్పుడూ మధుమేహాన్ని గురించి ప్రత్యేకమైన శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. డాక్టర్లు మధుమేహాన్ని కంట్రాల్ చేసే కాలంలో రోగులు అవసరమైన విషయం తోచినకే వెళ్ళవలెము.

మధుమేహాన్ని గురించి ఎంత తక్కువ తెలుసుకుంటే, మధుమేహం రోగి అంత ఎక్కువ కాలం జీవించగలడు అని ప్రోగ్రామ మధుమేహ విజ్ఞాన వికాసరూడు డాక్టర్ లాన్సెట్ అన్నాడు. నిజమే మరి గయ్యళ్ళి గంగమ్మను గురించి అంత ఎక్కువ తెలుసుకోవచ్చే గంగమ్మ తన జీవితాన్ని పూల బాటు చేసుకో గలిగారు. ✽

అసలే న ప్రకాస్యామ్యా వీకి సరె న ప్రతినిది మన ఇంద్రి తిరుగుడున్న దిన్న పాపం. ✽