



# ACTION NEWSLETTER



Covid-19 Vaccination Page No. 1

Media Coverage Page No. 3

## HAPPY NEW YEAR

## 2021

### Historic Drive of Covid-19 Vaccination on 16th January 2020

Sri Balaji Action Medical Institute was one of the main hospitals in North West Delhi and became the leader in this historic drive of Covid-19 vaccination on 16th January 2020. Hospital has proudly accepted the challenge of being the nodal hospital for this programme and got the opportunity to be addressed by Hon. Prime Minister Shri Narendra Modi and subsequently addressed by Hon. Chief Minister Shri. Arvind Kejriwal and Delhi Health Minister Mr. Satyendra Jain. Sri Balaji Action Medical Institute and



Action Cancer Hospital have done preparation immensely and developed a dedicated vaccination area in the premises. First vaccine was given to our frontline healthcare staff of housekeeping namely, Ram Naresh, followed by nursing staff and doctors, after the vaccination people have taken selfies of their unique moment. Many newspaper and TV channels had broadcasted live this historic moment from our site. Our Chairman Shri. Rajkumar Gupta Ji has given the thanks to our Prime Minister and scientists of our country followed by Dr. Deepika Singhal (Board Member) and Dr. Anand Bansal (Medical Director).

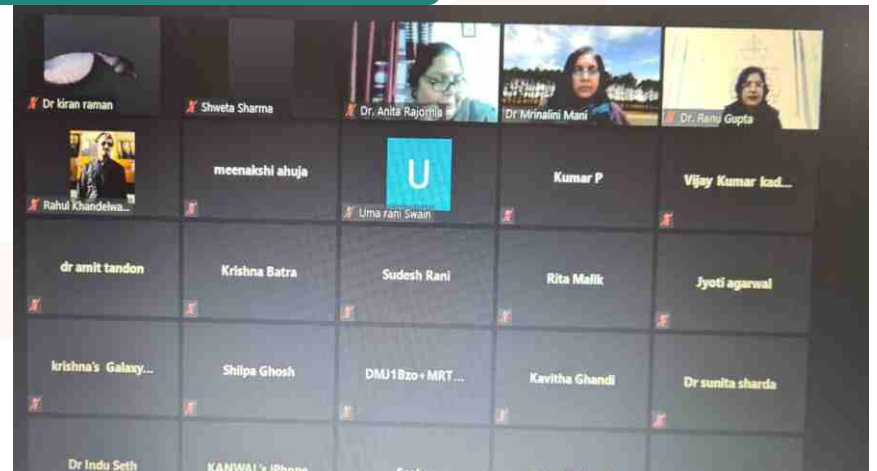
### Digital CME on Gyane Onco

Department of Gynaecology - Action Cancer Hospital had organized digital CME on Gyane Onco Update in association with DGFSW committee and multidisciplinary committee of AOGD on 16 January, Saturday from 4.30 pm to 6:00 pm where the following topics were addressed and followed by questioner session :

Session 1-Management of Premalignant lesion of Vulva Speaker- Dr Shruti Bhatia Chairperson- Dr Renu Gupta and Dr Meenakshi Ahuja .

Session -2 Management of incidental diagnosis of malignancy in hysterectomy specimen Speaker- Dr Renuka Gupta Chairperson- Dr Poonam Agarwal and Dr Puneeta Mahajan .

Many senior gynaecologist like Dr Shashi I Kabra Maheshwari, Dr Mrinalini Mani, Dr Anita Rajoria, Dr Swasti, Dr Uma Rani had joined among the other 48 gynaecologists of the North West Delhi.



### BIRTHDAYS in FEBRUARY

03- Dr. Hemlata Wadhvani Bhatia

12- Dr. Neeraj Aggarwal

13- Dr. Ravi Mohan Bagga

16- Dr. Neeta Taneja

18- Dr. Renu Gupta

19- Dr. Vikrant Sharma



Family members of Sri Balaji Action Medical Institute & Action Cancer Hospital wishes each one of you a very Happy Birthday

[www.actionhospital.com](http://www.actionhospital.com)
[www.actioncancerhospital.com](http://www.actioncancerhospital.com)

Word of Wisdom: One Day or Day One... You Decide. (By Rohit Sharma)





## World Cancer Day 2021

### More Lives Can Be saved if Cancer is Detected & treated in early stages



**Dr J.B.Sharma**

HOD & Senior Consultant –Dept of Medical Oncology  
Action Cancer Hospital, Paschim Vihar, Delhi.

We break out in a cold sweat upon hearing the word 'Cancer'. This life-threatening disease has taken millions of lives over time and continues to haunt us we can never predict the occurrence of this deathly disease. 'Cancer' is not just one disease but it has a lot of cancers under the umbrella.

#### Multiple Factors Causes Cancers

The cause of cancer cannot be pin pointed as it is multifactorial in origin. Interaction between a person's genetic factors and the different types of external carcinogenic agents such as ultraviolet and ionizing radiation, chemicals such as tobacco smoke components, asbestos, and infections from certain pathogens such as human papillomavirus, is what results in the abnormality in cells. Other factors include ageing and physical inactivity. Cancer cells could develop even because of genetic mutations inherited from parents. But timely detection of the Cancer & early treatment offered to the Cancer patients can save more lives.

#### Incidence of Cancer among Female is higher than the Male Counterparts

The incidence of cancer among females is estimated to be higher than males. Incidence of the disease among females was 6.43 lakhs in 2016 and estimated to be 6.95 lakh cases in 2019. The number of females diagnosed with cancer is projected to cross 7 lakh cases in 2020 and 8 lakh cases by 2025. Meanwhile, the incidence of the disease among males was 6.16 lakhs in 2016, which increased to 6.47 lakhs in 2018 and is projected to reach 7.63 lakh cases by 2025.

#### Common Signs and Symptoms Of Cancer

**Lump in the Breast :** Any painless lump in the breast, redness of the breast, itching of the nipple, bleeding from the nipple, retraction of the nipple & any swelling in the armpit are the early signs & symptoms of the Breast Cancer.

**Cough & Blood in the sputum,** it could be because of any cancer in the mouth, throat, lung & food pipe. Bleeding from stool could be because of colon cancer & rectal cancer. Bleeding from urine could be bladder, kidney & prostate cancer. Abnormal bleeding after menopause could be due to endometrial cancer.

**Unexplained Weight Loss:** When the person experiences abrupt weight loss without any diet restriction or major lifestyle changes. Losing 10 Kgs or more unreasonably could be the initial warning of stomach, pancreas and lung cancer.

**Fever:** This is a common health condition that we ignore. Due to cancer development, body temperature changes causing fever. Fever is one of the first signs of lymphomas and leukemia cancer.

**Fatigue:** Extreme tiredness on a regular basis indicates that something is not right with your body.

**Pain:** Some cancer such as Multiple Myeloma and other bone cancer causes pain which is due to the growth of tumors in the bone. Generally, this occurs in the case of metastasized cancer.

**Skin changes:** If your skin is turning pale or yellow, this indicates that either you have low haemoglobin level or Jaundice. You may have an underlying cancer. This can cause anaemia & Jaundice for example Gall Bladder cancer, Pancreatic cancer & cholangiocarcinoma & Liver cancer.

**Digestive problems:** Improper bowel movements, diarrhoea, constipation, etc. are common signs of colon cancer.

## Times Event



**Doctor Live**

**Topic:**

**Management Of Glaucoma; Know From Expert**

**SATURDAY**

**Jan 23 2021**

**TIME : 3:30 PM**

**Join Us Live On Facebook**

**f SBAMI.Delhi**

Sri Balaji  
**Action Medical Institute**  
Multi Speciality Hospital



**Dr Aditi Dusaj**

Unit Head  
&  
Sr. Consultant, Ophthalmology

Health - Prime concern of every individual and Society and in the current Pandemic it has been a challenge to the entire nation. In Spite of the adversity and tough times, our Healthcare Fraternity have been withstood with determination to not only treat patients but educate them in a way, so they can at least understand, in time of emergency how you have to handle and come to hospital or speak to doctor. We, Action Group of Hospitals had launched a series of live interviews on hospital's facebook through Zoom, where we featured the medical specialists and ask questions given by viewers. This month in our facebook live series named **Doctor Live**, on **23th, January** respectively. Fb live in January Month was with Dr Aditi Dusaj, Sr Consultant Ophthalmology. ,had shared his opinion on very common and crucial problem on, **Management of glaucoma; Know from Expert**. Many quarries receive on this topic during interview and around 4000 viewers has seen the live till now.

**All consultants are requested to kindly update Medical Director about the advanced and complicated surgeries performed so that same can be provided to PR Agency for publicity**









कोरोना वैक्सीनेशन देश में शुरू हो रहा है। लेकिन कुछ लोगों के मन में इसको लेकर शंकाएं और भ्रम हैं। ऐसे में जरूरी है कि आप डरने के बजाय अपनी जानकारी का विस्तार करें और डॉक्टर के निर्देशों के अनुसार वैक्सीनेशन कराएं।

## कोविड-19 संक्रमण से बचाएगी कोरोना वैक्सीन

### अवेयरनेस

इसमें संदेह नहीं कि बीती लगभग एक सदी में कोरोना महामारी, सबसे बड़ी स्वास्थ्य चुनौती के रूप में सामने आई है। ऐसे में जहां लोगों ने संक्रमण से बचाव के तरीकों के अनुसार अपनी जीवनशैली को ढाल लिया है, वहीं संक्रमण के शुरुआती महीनों से ही देश-दुनिया में वैक्सीन बनाने का कार्य युद्धस्तर पर जारी था। कुछ देशों ने वैक्सीन बनाकर अपने देश के लोगों को टीका लगाना शुरू कर दिया है। हाल में ही हमारे देश में भी दो वैक्सीन के निर्माण में सफलता पाई, और अब आगामी शनिवार से



देशव्यापी वैक्सीनेशन शुरू हो रहा है। **डॉक्टर ऑफ एक्शन** : सबसे पहले यह सोझें कि कोई भी वैक्सीन काम कैसे करती है, वह हमारे शरीर को संबंधित रोग से बचाती किस प्रकार है? इस बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली की सीनियर कंसल्टेंट-माइक्रोबायोलॉजी डॉक्टर ज्योति मुद्गा बताती हैं, 'वैक्सीन दरअसल किसी विशेष बीमारी से बचाव के लिए विकसित किया गया एक प्रकार की प्रतिरोधक दवा है। वैक्सीन को बनाने के लिए अक्सर उस बीमारी के अंतिमिज्म को प्रयोग में लाया जाता है, जिसमें उसके मृत या कमजोर हो चुके वर्जन का इस्तेमाल होता है। हालांकि कई बार किसी बीमारी के वैक्सीन बनाने की प्रक्रिया में एंटीजन विकसित करने के लिए जेनेटिक इंजीनियरिंग का भी इस्तेमाल हो सकता है। वैक्सीन हमारे इम्यून सिस्टम में संबंधित बीमारी के एंटीबॉडीज का निर्माण करती है। ऐसे में वैक्सीन लगाने के बाद यदि हमारा शरीर उस बीमारी के संपर्क में आता है तो यह, उसे शरीर में बीमारी के रूप में विकसित होने से पहले ही इम्यून सिस्टम को बीमारी को नष्ट करने के योग्य बना देता है।' **कोविड-19 वैक्सीन की क्वालिटीज** : अब अगर कोविड-19 के वैक्सीन की बात

करें तो इस बारे में महत्वपूर्ण जानकारी साझा कर रही हैं, कंसल्टेंट एंड एचओडी-माइक्रोबायोलॉजी एंड इंफेक्शन कंट्रोल, धर्मशिला नारायणा सुपर स्पेशिएलिटी अस्पताल, दिल्ली की डॉक्टर गीताली भागवती। वह बताती हैं, 'सेंट्रल ड्रग्स स्टैंडर्ड कंट्रोल ऑर्गेनाइजेशन ने हाल ही में सीएम ईस्ट्रियूट ऑफ इंडिया की वैक्सीन कोविशील्ड और भारत बायोटेक की कोवैक्सीन को रिसट्रिक्टेड इमरजेंसी अप्रुवल को मंजूरी दी है।

**कोविशील्ड** : कोविशील्ड वैक्सीन को ऑक्सफोर्ड द्वारा एस्ट्राजेनेका के सहयोग से विकसित किया गया है। भारत का सीएम ईस्ट्रियूट इनका मैनुफैक्चरिंग और ट्रायल पार्टनर है। कोविशील्ड रीकॉम्बिनेंट चिंपैंजी एडीनोवायरस वेक्टर वैक्सीन है, जो टेक्नोलॉजी ट्रांसफर से सास-कोव-2 स्पाइक ग्लाइकोप्रोटीन को एनकोड करती है। रीकॉम्बिनेंट वायरस वेक्टर दरअसल, टी-साईटोटॉक्सिक सेल्स के निर्माण में मदद करता है, जिससे सेल मीडिएटेड इम्युनिटी विकसित होती है।

**कोवैक्सीन** : यह भारत में विकसित हुई कोविड की पहली वैक्सीन है। इसे भारत बायोटेक द्वारा आईसीएमआर और नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ वायरोलॉजी के सहयोग से विकसित किया गया है। कोवैक्सीन वायरोन इनेक्टिवेटेड कोरोना वायरस वैक्सीन है। इस प्रकार की वैक्सीन को पैथोजन को न्यूट्रलाइज करके उत्पादित किया जाता है। इनेक्टिवेटेड वायरस संक्रामक नहीं होते और इम्युनिटी को रोग से लड़ने में मदद करते हैं। वैक्सीन के 2 डोज 4 से 6 हफ्ते के अंतराल में रिकमेंड किए जाते हैं। दूसरी डोज के 14 दिनों बाद वैक्सीन के चिकित्सकीय प्रभाव देखे जाते हैं।

### रखें ध्यान

- ▶ वैक्सीन के दोनों डोज एक ही मैनुफैक्चरर के होने चाहिए।
- ▶ जो पहले कोविड से संक्रमित हो चुके हैं, वे भी इन्हें ले सकते हैं।
- ▶ कोविड वैक्सीन लगाने का मतलब यह नहीं कि अब लापरवाही की जाए। यानी कोविड वैक्सीन लेते समय और डोज के दौरान और उसके बाद भी हैंड हाइजीन, मास्क लगाना और अन्य सावधानियों का जरूर पालन करना है। \*



मनोचिकित्सक के रूप में करियर बनाने के इच्छुक छात्रों के मन में इसकी पढ़ाई और रोजगार के मौकों के बारे में बहुत-से सवाल होते हैं, जिनके जवाब दे रहे हैं श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली के मनोचिकित्सा विभाग के सीनियर कंसल्टेंट डॉ. प्रशांत गौयल।

## मनोचिकित्सा में करियर



मनोचिकित्सा के क्षेत्र में आने के लिए कौन-सी पढ़ाई की जाती है? छात्र को सबसे पहले एम्बीबीएस करना होता है। उसके बाद एमडी की प्रवेश परीक्षा होती है। इसमें सफल होने पर मेडिकल के अनेक क्षेत्रों में से किसी एक को चुनना पड़ता है। मनोचिकित्सक बनने के इच्छुक छात्र एमडी, प्सियाट्री के विकल्प चुन सकते हैं। हालांकि छात्रों के सामने दिल्ली इन वाक्सीकृत मेडिसिन करने का भी विकल्प होता है, लेकिन फोकस ट्रेनिंग से एमडी बनने की बेझिरा माना जाता है।

**पढ़ाई कहां से की जा सकती है?** देश में अनेक सरकारी और प्रवाइव मेडिकल इंस्टिट्यूट इसको पढ़ाई कराते हैं। इन इंस्टिट्यूट के अपने अलग नियम होते हैं। आप किसी भी प्रीप्रिजेंट इंस्टिट्यूट से इसको पढ़ाई कर सकते हैं।

**इंटरनशिप कब-कब काई जाती है?** एम्बीबीएस के बाद अनिवार्य रूप से एक साल को इंटरनशिप करना होता है जिसमें सभी प्रमुख डिपार्टमेंट्स में काम करने और रोकने का मौका मिलता है। इसे में से एक साइकलोट का भी डिपार्टमेंट होता है। फिर एमडी या पोस्टग्रेजुएट (मेडिसिन) के दौरान को साइकलोट पोस्टग्रेजुएट होता है। इसमें अतिथि अलग-अलग अस्पतालों में अलग अलग हो सकते हैं। इस दौरान

### गुण व जिम्मेदारियां

एक मनोचिकित्सक को पैशेंट्स, अच्छा थोड़ा और नियंत्रण व्यवहार का होने के साथ-साथ अपने पैरों और मौखिक के इलाक के धीरे इन्फेक्शन होना पड़े। नोट्स की लिपि की बहुत-से निजी और भगवाना बातें जमागी जानना भी पड़ेगी। ऐसे में जल्दी भिन्नता बनाए रखने की डिपेंडेंसी भी उनकी होती है।



व्यवहारिक रूप से कोई सोचने को कोशिश करने चाहिए।

**पढ़ाई पूरी करने के बाद किस तरह के रोजगार के अवसर मिलते हैं?** एमडी बनने के बाद तीन साल को ट्रेनिंग होता है और उसके बाद छत्र निमित्त अस्पताल, पब्लिकसेक्टर, या मेडल हॉस्पिटल में रोजगार या सकते हैं। साइकलोटिक ड्रग्स बनने वाली रिसेप्ट और फार्मास्यूटिकल कंपनियों का किसी नया नुन बंद से भी वे जुड़ सकते हैं। वैश्विक क्षेत्र या क्षेत्र के क्षेत्र में खूब खड़े वाले मेडिकल कॉलेज या साइकलोटिक इंस्टिट्यूट में अप्पॉइंट या ड्रग्स निष्ठा का यत्ना अधिकार कर सकते हैं। इनके अलावा, वे अपने खुद का प्रवाइव क्लिनिक खोल सकते हैं। कई क्षेत्रों में काउंसलर के रूप में जुड़ सकते हैं। \*

सखी फौजारी

जगमगसखी 61

## Do you need to shower daily? Here's what experts say

Many people tend to skip baths when not stepping out of the house. But is it a good idea to do so? Find out here

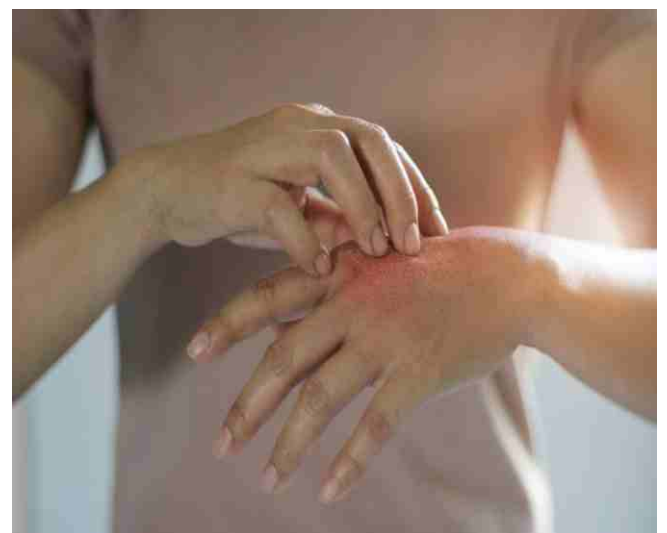


Daily baths have always been associated with "cleanliness". However, amid pandemic and the **work from home** schedule, the idea of taking daily baths is being widely discussed. Some people are even highlighting the benefits of taking fewer showers; but is it really wise to skip regular showers?

Dr Yashodhara Sharma, unit head and senior consultant, dermatology, Sri Balaji Action Medical Institute said that while showering less can be an individual choice, it "certainly cannot be recommended". "Needless to mention the benefits of a shower, it is almost a necessity; apart from removing dirt and **dead skin**, it rejuvenates skin, helps in blood circulation, fighting stress, and removing muscle tension. In short, it collectively even creates a condition of fast recovery from certain diseases," said Dr Sharma.

During work from home, it may seem futile to take bath daily as one is not stepping out, but it must be noted that even at home, one is not free from bacteria attack on the skin, said Dr Sharma. "**Daily shower** is very important to maintain the balance of good bacteria and other microorganisms. Of course, bedridden patients and people with certain diseases are not recommended to take bath daily, but they are also advised to keep themselves and their surroundings clean in other ways," she said.

People with dry skin or sensitive skin



However, it is said that repeatedly cleaning dry or sensitive skin may prove to be harmful. So what should one do in such a scenario? "Proper moisturising after a bath will help in this regard as sometimes it also depends upon the type of water and toiletries one is using. Hence, seeking a doctor's advice is better than altogether dropping the idea of taking a frequent shower," said Dr Sharma. Also in winters, lethargy may lead one to think about the benefits of not taking bath, but remember that bathing helps keep bacteria and bad odour away.

Appearance in The Indian Express Newspaper by Dr. Yashodra Sharma, Sr. Consultant , Dermatology

## Indian experts hail 'promising' mRNA vax for COVID treatment

**NEW DELHI, (IANS):** With the two mRNA vaccine candidates from pharma giants Pfizer-BioNTech and Moderna showing effectiveness in preventing COVID-19 in an interim analysis, health experts in India on Tuesday said that mRNA vaccine that works on previously unproven technology can be very promising in the fight against the pandemic despite the challenges.

To date, no mRNA vaccine has been licensed for infectious diseases and if an mRNA vaccine is approved for coronavirus, it would be the first of its type.

mRNA (messenger RNA) vaccines trick the body into producing some of the viral proteins itself.

They work by using mRNA, which is the molecule that essentially puts DNA instructions into action. Inside a cell, mRNA is used as a template to build a protein.

Both Moderna and Pfizer-BioNTech use the mRNA technology which means the vaccine is not embedded with the virus itself and, therefore, no risk of catching COVID-19 from the shot itself.

The vaccine is infused with a piece of genetic code that trains our immune system to recognize the spike protein on the surface of the virus — a lethal signature of the coronavirus.

According to Dr Monika Gupta, Senior Consultant, Microbiologist at Fortis Hospital in New Delhi, unlike a normal vaccine, RNA vaccines work by introducing an mRNA sequence (the molecule which tells cells what to build) which is coded for a disease-specific antigen (like SARS-CoV-2, the coronavirus), once produced within the body, the antigen is recognised by the immune system, preparing it to fight the real thing. "RNA vaccines are faster and cheaper to produce than traditional vaccines and an RNA-based vaccine is also safer for the patient, as they are not produced using infectious elements," Gupta told IANS.

Production of RNA vaccines is laboratory-based, and the process could be standardised and scaled, allowing quick responses to large outbreaks and epidemics. "A major advantage of RNA vaccines is that RNA can be produced in the laboratory from a DNA template using readily available materials, less expensively and faster than conventional vaccine production," she explained. Dr Gupta added that the vaccine based on mRNA, once injected into the body, will instruct the body's cells to create copies of the spike protein. In turn, this is expected to prompt the immune cells to create antibodies to fight it. "These antibodies will remain in the blood and fight the real virus if and when it infects the human body," she stressed.



Dr Naveen Aggarwal, Head and

Senior Consultant, Pathologist, Action Cancer Hospital in New Delhi said that as per the basic mechanism, the mRNA vaccines are Lipid nanoparticle (LNP) dispersion containing an mRNA that encodes for protein like spike protein of COVID-19 virus. "Hence it can be said that mRNA vaccines are very much promising in the fight against the COVID 19 pandemic as the efficacy claims between 90 to 95 per cent by various manufacturers, however, results of the trial are still awaited," he said. According to Dr Gitali Bhagwati, Consultant and Head, Department of Microbiology and Infection Control, Dharamshila Narayana Speciality Hospital, advantages of the mRNA vaccine are that it is faster in development, cheaper to produce, safer for the protein routes via needle or needle-free (nasal spray). "As far as the challenges, the mRNA vaccine is temperature sensitive, it needs to be stored at below 70 degrees Celsius which will be a challenging task for remote areas," she added.

Dr Naveen Aggarwal, Head and

Appearance in Asian Age Newspaper by Dr. Naveen Aggarwal, Sr. Consultant, Pathologist