मनोगत

Dr. VINAYA CHITALE CHAKRADEO
M.S., ENT

Certified by American Board of Otolaryngology
Additional Qualification Approved by MMC
Director, ENT & Head and Neck Surgery
Dr. Chitale ENT Hospital, Pune, India

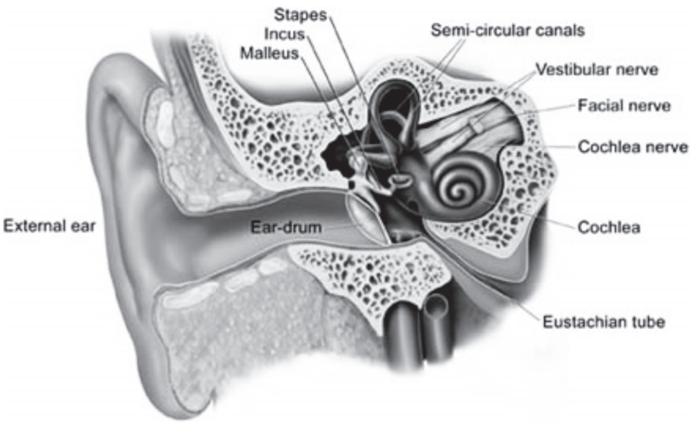
बी.जे. मेडिकल कॉलेज मधून वैद्यकीय शिक्षण घेऊन सन. २००० मध्ये अमेरिकन बोर्डाची पदवी घेण्यासाठी मी अमेरिकेत गेले. माझ्या वडिलांकडून मला सामाजिक बांधिलकी जपण्याचे बाळकडू मिळाले. त्यामुळे शिक्षण पूर्ण झाल्यावर आणि अनुभवसमृध्द झाल्यावर मी मायदेशी परत येण्याचा निर्णय घेतला.

कानामुळे चक्कर येणाऱ्या रुग्णांचे प्रमाण मोठे आहे. भारतात लोकसंख्येच्या प्रमाणात विचार केला, तर या

आजारामुळे ग्रस्त असणाऱ्या रुग्णांचा आकडा खूपच मोठा येऊ शकतो. वयाच्या चाळिशीनंतर व्हर्टिगो आणि चक्कर येण्याचे प्रमाण ३५ ते ४० टक्के नागरिकांमध्ये आढळते. औषधाविना कानामुळे येणारी चक्कर पूर्ण बरी होऊ शकते याची बऱ्याच रुग्णांना माहिती नसते. योग्य उपचार वेळेत न मिळाल्यामुळे त्यांना खूपच त्रास सहन करावा लागतो. व्हर्टिगोचा त्रास असणाऱ्या रुग्णांना दर्जेदार वैद्यकीय सुविधा मिळावी या उद्देशाने मे २०१४ मध्ये मी अंतरराष्ट्रीय दर्जाचे व्हर्टिगो आणि बॅलन्स क्लिनिक सुरु केले.

सदर क्लिनीक मध्ये आत्तापर्यंत अनेक रुग्णांनी उपचार घेतले आहेत आणि आता निरोगी जीवनाचा आनंद घेत आहेत. अश्या काही रुग्णांनी त्यांचे अनुभव कथन शेअर केले आहेत. त्या माहितीचा इतर रुग्णांना उपयोग होऊन वेळेमध्ये उत्तम वैद्यकीय उपचार मिळावेत या उद्देशाने ही पुस्तिका प्रकाशित करताना मला खूप आनंद होत आहे.

माझ्या आत्तापर्यंतच्या वाटचालीमध्ये मला हॉस्पिटलमधील कुशल स्टाफ, अनुभवी आणि तज्ञ डॉक्टर्स, आणि रुग्णांचे पूर्ण सहकार्य मिळाले आहे त्याबद्दल मी त्यांची आभारी आहे.



व्हर्टिगोवर मात करु
औषध नको, व्यायाम करु !

कानाचे कार्य

आपणा सर्वांना माहीत आहे की कान ऐकण्याचे काम करतो. पण शरीराचा तोल सांभाळण्याचेही काम तो सतत करत असतो ह्याची आपल्याला जाणीव नसते. आणि म्हणूनच हे त्याचे तोल सांभाळण्याचे काम समजण्याकरीता प्रथम कानाच्या रचनेची माहिती करुन घेऊ.

कानाची रचना

बाह्यकर्ण : बाहेरच्या कानापासून पडद्यापर्यंत
मध्यकर्ण : जिथे हाडांची साखळी असते.
अंतर्कर्ण : जिथे cochlea (ऐकण्याचा भाग) आणि labyrinth (तोल सांभाळण्याचा भाग) असतो.

अंतर्कर्ण हा एक सेंटिमीटरपेक्षा कमी आकाराचा असून मेंदूच्या शेजारी वसलेला असतो. प्रत्येक मिलि सेंकदाला ९० ते १०० अशा दराने तो मेंदूला डोक्याच्या स्थिती बद्दल सिग्नल पाठवीत असतो. अंतर्कर्णाच्या विकारात ह्या सिग्नलमध्ये दोष निर्माण होतात. त्यामुळे दोन अंतर्कर्णामध्ये असमानता निर्माण होते. मेंदू गोंधळतो आणि चक्कर येण्यास सुरुवात होते.

शरीराचा तोल संभाळण्याकरता मेंदूबरोबर अनेक अवयव काम करत असतात. त्यामध्ये महत्वाचे म्हणजे डोळे, अंतर्कर्ण आणि पायातील संवेदना. या तीन गोष्टी मेंदूला शरीराच्या स्थितीची सतत जाणीव करुन देत असतात. या माहितीवर अवलंबून मेंदू स्नायूंना तसेच सांध्यांना तोल संभाळण्याकरिता माहिती पाठवत असतो.

चक्करेचे प्रमाण

एका पाहणीनुसार चाळीशीच्या पुढील ३५% लोकांमध्ये कुठल्या ना कुठल्या प्रकारची चक्कर येते. त्यातील ४५% चक्कर अंतर्कर्णातील विकारांमुळे निर्माण होते. त्याचे अचूक निदान होणे आवश्यक आहे. अंतर्कर्णामध्ये दोष असल्यास डोळे व पायातील संवेदना जास्तीतजास्त काम करतात. पण वयामुळे अथवा मधुमेहामुळे जर डोळे आणि पायातील संवेदना थकल्या तर सगळा भार अंतर्कर्णावर येतो आणि तो नीट काम करत नसेल तर तोल अधिक जाऊ लागतो. पाठीच्या अथवा मानेच्या मणक्यामुळे, मेंदूमुळे किंवा मानसिक तणावामुळे सुध्दा चक्कर येऊ शकते. पण त्याचे प्रमाण कमी आहे.

पाठीच्या कण्याचे महत्व

५% रुग्णांनमध्ये मणक्याच्या दुखापतीमुळे तोल जाऊ शकतो. तोल सांभाळण्यामध्ये पाठीच्या कण्याची फार महत्वाची भूमिका आहे. मेंदू हा पाठीच्या कण्यामधून जाणाऱ्या मज्जारज्जू (spinal cord) मार्फत इतर अवयवांशी संवाद करत असतो. शरीरात जाणवणाऱ्या संवेदना आणि हाता-पायाच्या हालचाली यामुळे शरीराची स्थिती सारखी बदलत असते पण ही माहिती मज्जारज्जू मेंदूला पोहोचवतो. हे सर्व संदेश मेंदूला शरीराचा तोल नियंत्रण करण्यासाठी मदत करतात. पण पाठीचे स्नायू थकल्यास किंवा दुखवल्यास मणका शरीराचे सारे वजन झेलायला लागतो. ह्यामुळे मणक्याची स्थिती अजून बिघडते व त्यामधून बाहेर पडणाऱ्या नसांवर दाब येतो. त्यामुळे हाता-पायाला मुंग्या, 'Slip Disc' मानेच्या किंवा पाठीच्या स्नायूंमध्ये Strain / Stiffness जाणवू लागतो. मानेवर ताण, पाठदुखी सुरु हाते. मग मज्जारज्जू चुकीचे सिग्नल मेंदूला पाठवायला

लागतात. त्यामुळे मेंदू गोंधळतो व तोल जाऊ शकतो. मानेतील मणक्यांची स्थिती बदलल्यामुळे रक्तवाहिनीवर दाब येऊन सुध्दा कधी कधी चक्कर येऊ शकते.

चक्कर येण्याची लक्षणे

चक्कर कशी येते असे विचारता काही रुग्ण म्हणतात, मला घेरी येते, खोली गोल गोल फिरते, डोळ्या समोरच्या वस्तू स्थिर रहात नाहीत, जमीन हलते व नंतर तोल जायला सुरुवात होते. ह्याच बरोबर मळमळणे, उलट्या होणे, डोके जड होणे, मानेवर व डोळ्यांवर ताण वाढणे, ही लक्षणे पण सुरु होतात.

जे रुग्ण हा आजार दीर्घ काळ सहन करतात त्यांच्यात भीती, झोप न येणे, मानसिक ताण, उदासीनता, नैराश्य पण दिसून येते.

व्हर्टिगोची चक्कर विशेषत: कूस बदलताना, उठून बसताना, उभे राहताना, मान पटकन वळवताना येते.

तोल व चक्कर आल्यामुळे मनाचा धीर जातो, कारण चक्कर काही सांगून येत नाही. एकट्याने हिंडा-फिरायला भीती वाटू लागते. मनाची स्वस्थता नाहीशी होते व रुग्ण दुसरा काहीच उपाय नाही असे समजून औषधांच्या आहारी जातो.

व्हर्टिगो अर्थात चक्करेचे प्रमुख प्रकार

प्रमुख प्रकारात आढळणारी चक्कर म्हणजे BPPV (Benign Paroxysmal Positional Vertigo). BPPV मुळे ५० ते ६० % रुग्णांमध्ये चक्कर येते. अंतर्कर्णात तीन semicircular canals एका पिशवीला चिकटलेले असतात. या पिशवीला ''व्हेस्टिब्यूल'' असे म्हणतात. हे तीन कॅनॉल्स आणि व्हेस्टिब्यूल मेंदूला डोक्याच्या स्थितीची थ्रीडी माहिती पाठवतात. अंतर्कर्णा मध्ये एन्डोलिम्फ हे द्रव्य (डोके हलवल्यावर) विशिष्ट पध्दतीने फिरते. डोक्याला मार लागल्यामुळे किंवा हाडे ठिसूळ झाल्यामुळे, कॅल्शियमचे तुकडे निखळतात आणि हे (calcium carbonate चे) crystals semicircular canal मध्ये अडकतात. आता हे द्रव्य विशिष्ठ प्रकारे हलू शकत नाही, मेंदूला चुकीचे signal पोहोचवले जातात व चक्कर यायला लागते..!

BPPV ची चक्कर कूस बदलताना, डोके हलवताना, मान

वर –खाली करताना, काही सेकंद किंवा काही मिनिटे राहते. खोली गोल – गोल फिरल्या सारखी वाटते.

उरलेल्या २०–३०% रुग्णांमध्ये (NON-BPPV) चक्कर जंतुसंसर्ग (infection) किंवा अंतकर्णाला सूज (labyrinthitis/ neuritis) ह्या मुळे येते. मेंदू आणि अंतर्कर्णामधील सिग्नल दोषित होतात आणि त्यामुळे डोळ्यांची अनैसर्ग्रिक हालचाल (Nystagmus) सुरु होतो. ही चक्कर कुठल्याही स्थितीत येऊ शकते. झोपेत, गाडी चालवताना, प्रवास करताना, अगदी काही करत नसताना सुद्धा ! ही चक्कर काही मिनिटे, काही तास किंवा काही दिवस राहू शकते.

काही वेळा अनेक वर्षे चक्कर येत असलेल्या रुग्णांमध्ये २ ते ३ चक्करेचे प्रकार एकत्र आढळतात. अनेक वर्षे योग्य उपचार न झाल्यामुळे ही चक्कर गुंतून गेलीली असते तेव्हा तिला सोडवणे पण तितकेच अवघड होऊन बसते !

व्हर्टिगो मध्ये क्वचित दिसणारे प्रकार

१. **Vestibular migraine** : अर्धशिशी मुळे येणारी चक्कर.

२. **Meniere's** : अंतर्कर्णाच्या आतील द्रव्याचे प्रमाण वाढते.

Meniere's हा शंभर चक्करेच्या रुग्णांमध्ये एखाद्यालाच दिसून येतो. या प्रकारामध्ये कानात आवाज येणे, ऐकायला कमी येणे, दडा बसणे, आणि तासन्तास चक्कर येणे ही प्रमुख लक्षणे दिसून येतात.

३. मानेतील मणक्यांच्या दोषांमुळे (Cervical Spondylosis)

आजच्या तरुण पिढीमध्ये मणक्याचे दोष वाढतच आहेत. ह्याची प्रमुख कारणे म्हणजे संगणकावर तासन्तास काम, वाढत्या ट्रॅफिक मध्ये तासन्तास वाहन चालवेणे, मणक्यावरचा ताण कमी करण्यासाठी योग्य व्यायाम न करणे. ह्यामुळे मानेतून

येणाऱ्या चकरेचे प्रमाण पण वाढतच आहे. चक्कर नक्की कानामुळे आहे, मणक्यामुळे आहे, मेंदूमुळे आहे, डोळ्यांमुळे आहे का, मानसिक ताणामुळे आहे हे शोधल्यानंतरच योग्य उपाय सुरु करता येतात. पण हे शोधणे सोपे नाही. अंतरराष्ट्रीय दर्जाच्या ४५ मिनिटांच्या तपासणीनंतर व्हर्टीगो चे निदान होऊ शकते. चक्कर कानामुळे येत असल्यास ती ९५% वेळा विना औषधी उपायामुळेच पूर्ण बरी होऊ शकते.

उपचार

व्हर्टीगो अथवा चक्कर आल्सास करावयाचे उपचार –

जेव्हा चक्कर पहिल्यांदा येते तेंव्हा फक्त तिला शांत करण्यासाठी आणि त्यामुळे निर्माण होणारी मळमळ कमी करण्यासाठी औषधे (vestibular suppressants e.g. vertin, stugeron, stemitil) Family physician च्या सल्याने घ्यावी.

चक्करेची औषधे घेतल्यावर अंतर्कर्णामध्ये निमार्ण झालेले दोष तात्पुरते दाबले जातात, आणि चक्कर तात्पुरती बंद होते.

पण तीव्र चक्कर कमी झाल्यानंतर औषधे थांबवून चक्करेचे अचूक निदान होणे आवश्यक आहे. जर औषधांवरच भर दिला तर औषधांमुळे चक्कर केवळ दाबली जाते. ती पूर्ण बरी होत नाही. औषधांमुळे झोप येणे, थकवा येणे, काही करु नयेसे वाटणे, ह्यामुळे जास्त उदास वाटायला लागते पण औषधे बंद केली तर चक्कर परत सुरु होते. योग्य उपाय न झाल्यास रुग्ण परत औषधे घ्यायला लागतात आणि व्हर्टिगोच्या चक्रव्यूहात अडकतात. त्यातून त्यांना बाहेर काढण्याचा मार्ग म्हणजे त्यांची औषधे बंद करुन अचूक निदान करणे. ९५% रुग्ण विना औषधी उपायाने पूर्णपणे बरे होतात. पण ते व्हर्टिगो सेन्टर पर्यंत पोहोचले तरच..!

BPPV साठी रिपोझिशनिंग केले जाते. ह्यामध्ये (Calcium Carbonate Crystals) मान आणि डोके हालवून परत व्हेस्टिब्यूल मध्ये पाठविले जातात. Repostioning अचूक केले तर ९५ % रुग्णांना तिथल्या तिथेच बरे वाटते.

दीर्घकाळ व्हर्टीगोचा त्रास असल्यास एकाहून आधिक Settings लागू शकतात. BPPV बरा झाल्यानंतर त्यामुळे निर्माण झालेले Balance Dysfunction अर्थात तोल जाणे हे पण पूर्ण बरे होऊ शकते. यासाठी Specialised Physiotherapy म्हणजेच Balance Therapy अथवा Vestibular Rehabilitation Therapy लागू शकते.

Vestibular Rehabilitation Therapy द्वारा विना औषधी मेंदूचे 'री-ट्रेनिंग' होते व हा आजार पूर्णपणे बरा होतो. VRT मुळे नैसर्गिक पुनर्वसन होऊन चक्कर, डोळ्यांचा त्रास,डोक्याचा जडपणा, हालचाल, तोल जाणे हे सारे सुधारते. दोन्ही डोळ्यांचे, मानेचे, आणि तोल सुधारण्याचे विशिष्ट व्यायाम करुन, चालणे सुधारते व आत्मविश्वास वाढतो. हे व्यायाम दिवसातून ३-५ वेळा करणे आवश्यक आहे. व्यायाम सुरु केल्यावर चक्कर वाढणे स्वाभाविक आहे. पण हळू हळू दोन ते तीन आठवड्यानंतर सुधारणा होऊ लागते.

मेंदूचे "Adapation" दहा ते बारा आठवड्यांमध्ये पूर्ण होते. चक्कर नैसर्गिक रीत्या पूर्ण बरी होते.

सगळ्याच व्हर्टिगोचे व्यायामांनी निरसन होत नाही. Meniere's Disease अथवा Vestibular Migraine मध्ये वैद्यकीय उपचार करावे लागतात.

Meniere's च्या रुग्णांमध्ये मध्यम तीव्रतेची चक्कर असल्यास कानात Steroid Injections ची गरज लागू शकते. मध्य कर्णात हे इंजेक्शन दिले जाते. ह्यामुळे ऐकण्याची बाधा होत नाही.

तीव्र प्रकाराची चक्कर आल्यास Gentamicin Injection दिले जाते. ह्याने मात्र ऐकणे कमी होऊ शकते. Local म्हणजे कानामध्ये थेट उपचार केल्यामुळे झोपेच्या औषधांची गरज कमी होते व दैनंदिन कामे करणे सोपे होते आणि नैराश्य टळते.

Vestibular Migraine मध्ये Neurologist डोकेदुखी साठी औषध देतात.

मानेतून येणाऱ्या व्हर्टिगोचे उपचार

१) **Positional Retraining :**
शरीराची व मानेची ठेवण सुधारणे

२) **Core Strengthening :**
मानेच्या व पाठीच्या मणक्याला आधार देणाऱ्या स्नायूंची ताकद वाढवणे.

३) **Properioceptive Training :**
सांध्यातून, स्नायूतून व मणक्यातून तोलासाठी गरजेच्या संवेदनांचे नियंत्रण करणे. Functional Training हे दैनंदिन कामासाठी गरजेचे आहे.

हे सर्व Specialised Physiotherapy चे उपचार आहेत.

Vertigo & Balance Clinic
ची माहीती.

भारतात तोल जाणे आणि मणक्याचे विकार वाढतच आहेत. व्हर्टिगोचे अचूक निदान व इंटरनॅशनल प्रोटोकॉल्स वापरुन विना औषधी Vestibular Rehabilitation चा वापर खूप कमी ठिकाणी केला जातो.

व्हर्टिगोच्या रुग्णांना असे सांगितले जायचे की हा आजार आयुष्यभर सहन करायाला लागेल व त्यावर औषधा शिवाय कुठलाही उपाय नाही.

म्हणून मे २०१४ मध्ये Chitale ENT Hospital मध्ये अंतरराष्ट्रीय दर्ज्याचे Vertigo & Balance Clinic स्थापित करण्यात आले. व्हर्टिगो आणि कानामुळे येणारी चक्कर ह्यांची जनजागृती करुन ह्याचा योग्य उपचार करणारी केंद्र महाराष्ट्रभर स्थापित करण्याचा उद्धेश्य आहे.

बाहेरुन न दिसणाऱ्या या आजाराला योग्य उपाय होईपर्यंत घरच्यांनी, नातेवाईकांनी, मित्र–मैत्रीणींनी साथ दिली पाहिजे.

तोल आणि मणका एकमेकांशी निगडीत असून त्याचे व्यायाम रोज करणे अतिशय आवश्यक आहे.

पुनर्भेट...
आत्मविश्वासाची

चक्कर येता क्षणी
करा कानाची तपासणी

वैशाली कराळे
औरंगबाद.

मला ४ वर्षापूर्वी चक्कर यायला सुरुवात झाली. चक्कर वारंवार येत होती. परंतु गेल्या सप्टेंबर पासून सारखी चक्कर यायला लागली. खूप दवाखाने केले. एक दोन वेळा ऍडमिट पण झाले. दोनदा CT स्कॅन केला. पण काहीच निघाले नाही. खूप डिप्रेस झाले. बाहेर काय घरातही भीती वाटायची. पूर्ण घर डिस्टर्ब झाले. जगणे नकोसे झाले. व्हर्टिगो वरच्या गोळ्या सुरु झाल्या. त्याने तेवढापुरता फरक पडायचा.

नंतर मार्च मध्ये डॉ. चितळे मॅडम विषयी कळाले. मॅडमनी खूप छान समजावले. मग दर १५ दिवसांनी औरंगाबाद ते पुणे ट्रिप सुरु झाली. व्यायाम सांगितले. पहिले पहिले व्यायामाने पण खूप फिरल्यासारखे व्हायचे. नंतर हळू हळू फरक पडू लागला. आता जुलै मध्ये मला बराचसा आत्मविश्वास आलाय. हे फक्त

चितळे मॅडम आणि सलोनी मॅडम मुळे. तेव्हा मी त्यांची दोघीचीं शतश: आभारी आहे.त्या सांगतील तो व्यायाम नियमित केला तर नक्कीच तुम्ही ठीक होणार.

डॉ. विनया चितळे (चक्रदेव) यांचेकडे ट्रीटमेंट चालू केल्या पासून मला स्वत:ला पडलेला फरक (अनुभव)

वसंत शाहूराव कायगुडे

रा. वालचंद्रनगर तालुका इंदापुर.

मला सन् २००८ मध्ये अचानक ST मध्ये प्रवास करीत असताना दरदरुन घाम येऊन चक्कर आली त्यावेळी माझी परिस्थिती इतकी भयानक झाली होती की मला रिक्षा करुन हॉस्पिटल मध्ये ऍडमिट केले. त्यानंतर सुध्दा माझी चक्कर थांबत नव्हती . मी तीन महिने झोपून काढले. मला एकट्याला घराच्या बाहेर सुध्दा जाता येत नव्हते. त्या नंतर मी बऱ्याच डॉक्टरांकडे तपासणी केली. काही डॉक्टरांचे म्हणणे मानेच्या मणक्यांमध्ये गॅप पडल्यामुळे चक्कर येते.

तर काही डॉक्टर सांगायचे कानामुळे चक्कर येते. मी मानेचा MRI काढून डॉक्टर पंचवाघ यांना भेटलो. त्यांनी मानेच्या मणक्यांचे ऑपरशेन करावे लागेल असे सांगितले. ते न्युरो सर्जन आहेत. त्यांनी असेही सांगितले की ऑपरशेन केले तरी तुमची

चक्कर थांबणार नाही. तुम्हाला कानामुळे चक्कर येत आहे. मी दररोज चक्करसाठी गोळी खात होतो. परंतु दररोज गोळी खाल्याने त्याचे दुष्परिणाम दिसू लागले. दोन किलोमीटर बाहेर जावयाचे झाले तरी मला भाड्याने गाडी करुन जावे लागत असे. त्यामुळे जीवन नकोसे झाले हाते.

एक दिवस सकाळ पेपर मध्ये डॉ. विनया चितळे यांचा विना औषध चक्कर थांबते असा लेख वाचला आणि मी खूप आनंदी झालो, मी त्यांची अपॉईंटमेंट घेऊन मार्च २०१५ मध्ये मॅडमना भेटलो. त्यांनी माझ्या कानाची तपासणी करुन वेगवेगळ्या प्रकारचे मेंदूला अनुसरुन व्यायाम शिकवले. आणि आश्चर्य म्हणजे मी मार्च २०१५ पासून आजतागायत चक्करेवरची गोळी खाल्लेली नाही. माझी चक्कर पूर्ण थांबलेली आहे. आता मी एका दिवशी ३०० ते ४०० किलोमीटरचा प्रवास बसने एकटा करु शकतो. इतका मला आत्मविश्वास आलेला आहे. खरंच माझ्यासाठी मॅडम देवदूत म्हणून आल्या असे वाटते.

आता मला चक्करेची कसलीच भीती राहलेली नाही.

फक्त त्या सांगतील त्या प्रमाणे न चुकता व्यायाम करीत आहे.

ज्योती अ. नारकर

डोंबिविली (पूर्व) मुंबई

मला साधारण २ वर्षे झोपेतून उठताना तसेच झोपेतून वळताना, चालताना, वरतीखालती बघितल्यावर कोणत्याही कारणामुळे जोरात चक्कर येत होती. त्याच्यावर मी मुंबई मध्ये बऱ्याच डॉक्टरांचा सल्ला घेऊन उपचार केले. परंतु कोणताही विशेष असा फायदा झाला नाही. मला माझ्या घरातील किंवा घराबाहेरील कामे दुसऱ्यांच्या मदतीशिवाय करता येत नव्हती. त्यामुळे मी फार अस्वस्थ आणि परावलंबी झाल्यासारखे वाटत होते.

दि. १४ ऑगस्ट २०१५ सकाळ पेपर मध्ये फॅमिली डॉक्टर या सदराखाली डॉ. विनया चितळे चक्रदेव यांचा ''विना औषध चक्कर थांबवा'' हा लेख वाचला व कोणताही विचार न करता दि. २२ ऑगस्ट २०१५ रोजी पहिल्या तपासणी साठी पुणे येथे

त्यांच्या हॉस्पिटल मध्ये भेट घेतली. तपासणीअंती डॉ. विनया चितळे चक्रदेव यांनी मला खात्रीने सांगितले की यांच्यावर उपचार होईल व तुम्ही पूर्ण बऱ्या होणार असे सांगितल्यावर माझा विश्वास वाढला व मला आशेचा किरण दिसू लागला. नंतर त्यांनी आम्ही मुंबई येथे राहत असल्यामुळे त्यांच्या हॉस्पिटलमधील डॉ. सलोनी राजे यांच्याशी चर्चा करुन पुढील तपासणी साठी पुण्यामध्ये २ दिवस राहण्याची विनंती केली. त्याप्रमाणे डॉ. सलोनी राजे यांनी तपासणी करुन पुढील उपचार केले त्याचवेळी मला बराचसा फरक पडत आहे असे वाटले.

डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे व्यायामाचे प्रकार दररोज करणे व त्यांना सहकार्य करणे अशा पध्दतीने दि. २२ ऑगस्ट २०१५ ते २२ मार्च २०१६ (११ तपासण्या) करत मला डॉ. सलोनी राजे यांनी ''मी तुम्हाला डिसचार्ज देत आहे'' कारण तुम्ही 'फिट' आहात असे सांगितले.

आता मी माझ्या घरातील किंवा घराबाहेरील कामे दुसऱ्याच्या मदतीशिवाय करते. तसेच घराबाहेर जाताना मला कोणतीही भीती वाटत नाही. स्वतःची कामे स्वतः करते.

डॉ. विनया चितळे चक्रदेव व डॉ. सलोनी राजे यांनी केलेल्या उपचारामुळे मला आता पूर्वीसारखे नवीन जीवन मिळाल्यासारखे वाटले. कोणत्याही गोळ्या, औषध न घेता त्यांनी मला स्वावलंबी बनविले. अशा या उपचार केंद्राचा फायदा ज्यांना त्रास होत असेल त्यांनी अवश्य घ्यावा ही नम्र विनंती.

डॉ. विनया चितळे चक्रदेव व डॉ. सलोनी राजे यांनी केलेल्या उपचारामध्ये व दिलेल्या विश्वासामुळे मी लवकर बरी झाले. मी त्यांची सदैव ऋणी आहे.

शरद दत्तात्रय जांभेकर

विषय : डॉ. विनया चितळे यांच्या उपचाराने आलेला चांगला अनुभव.

मला व्हर्टिगो चक्कर चा त्रास १५ ते १८ वर्षा पासून आहे. या पूर्वी आम्ही कराडला असताना बऱ्याच डॉक्टरांचे अनुभव घेतले. उपचार व तपासण्या सर्व झाले. परंतु ॲलोपॅथिक गोळ्या घेऊन तात्पुरते बरे वाटायचे. त्या गोळ्यांनी नुसती झोप येऊन सर्व शरीर, मेंदू सुन्न होई. स्मृती कमी कमी होत असे. काल परवा, नुकत्याच घडलेल्या गोष्टी आठवत नसत. त्यानंतर परत थोडे दिवस बरे वाटायचे. पण नंतर पुन्हा त्रास चालू होई. सारखीच चक्कर येत असे. तोल जाणे व उलट्यांचा त्रास होत असे. आता आम्ही होमीओपॅथिक घेऊन पाहूया म्हणून साताऱ्याच्या डॉ.पाटील यांच्याकडे ट्रिटमेंट १ वर्षे घेतली. त्यांनी १ वर्ष त्रास कमी झाल्या सारखा वाटंल. परंतु पुन्हा तोच त्रास ६ महिन्यांनी होऊ लागला.

सर्व्हीसमध्ये असताना MD डॉक्टरांचे उपचार घेतले होते. परंतु काहीही उपयोग झाला नाही. राजीनामा द्यावयाची वेळ आली होती. परंतु कंपनीने सहानभुती दाखविली व शेवटचे २ वर्ष काम बदलून दिले. व मदतनीस माणूस देऊन सहकार्य केले.

पुणे येथे आल्यावर २ वर्षे आजार कमी वाटला. परंतु २०१२ मध्ये पुन्हा सुरुवात झाली ती इतकी की रोजच चक्कर येऊ लागली. उलट्या पण होऊ लागल्या. त्यानंतर निवारामध्ये Physio Therapy चा उपचार घ्यायचे ठरले व सर्व औषधे व गोळ्या बंद करुन डॉ. रानडे यांच्या कडे १ वर्ष ट्रीटमेंट चालू ठेवली. खूपसे बरे वाटले. परंतू पूर्ण चक्कर थांबली नव्हती.

त्यानंतर डॉ. विनया चितळे यांच्याकडे डॉ. नेहा कुलकर्णी यांनी जाण्यास सांगितले. आम्ही डॉ. विनया चितळे यांच्याकडे मार्च २०१५ पासून ट्रीटमेंट घेतली. एकही गोळी किंवा औषध घेतले नाही. नुसत्या व्यायामावरच त्यांनी जी ट्रीटमेंट दिली त्याने पूर्णपणे बरे वाटले.

आजपर्यंत चक्कर व उल्टी आली नाही. त्यांनी ज्या ज्या वेळी बोलावले तेव्हा आम्ही तिथे ट्रीटमेंट घेतली व त्या पद्धतीने वेळच्यावेळी व्यायाम केला. आता जवळ जवळ ४ ते ५ महिने झाले एकदाही चक्कर आली नाही व उलटी सुद्धा झाली नाही.

हे सर्व डॉ. विनया चितळे यांच्या उपचार पद्धतीने झाले आहे.

सौ. सत्यवती सो. चोपडे

तालुका चिरखली जिल्हा बुलढाणा

मला तीन वर्षापूर्वी कानामध्ये आवाज येणे, कान ठणकणे वगैरे त्रास होत होता. दोन तीन महिन्यानंतर कानाच्या दुखण्यामुळे चक्कर येणे, मळमळणे व उलट्या होणे हा त्रास सुरु झाला. दिवसामधून ३ ते ४ वेळा उलट्या होत होत्या. त्यामुळे मी नेहमी बेचैन राहत असे. उलट्यामुळे व गरगरण्यामुळे घरातील कोणतेही काम करता येत नव्हते. मला एकटीला घरामध्ये सोडून घरच्यांना जाणे शक्य नव्हते. त्यामुळे मी MD मेडिसिन, MS अशा तज्ञ डॉक्टरांची ट्रीटमेंट सुरु केली. शरीराच्या सर्व वैद्यकीय चाचण्या म्हणजे MRI ब्रेन, सोनो ग्राफी CT स्कॅन, रक्त, लघवी, तपासणी, ल्युपिड प्रोफाइल टेस्ट, इत्यादी सर्व प्रकारच्या तपासण्या केल्या नंतरही योग्य निदान झाले नाही. कुणी डॉक्टर उलट्या बंद होण्यासाठी स्टेमॅटिलच्या गोळ्या आणि थकवा येत असल्यामुळे टॉनिकच्या गोळ्या व सलाईन देत

असत. त्यामुळे तात्पुरता आराम मिळे. परंतु गोळ्या संपल्यानंतर पुन्हा जोरात त्रास होत होता. आमचेकडील म्हणजे जिल्हा बुलढाणा येथील ENT स्पेशालिस्ट यांची सुध्दा ट्रीटमेंट घेतली. त्यांनी व्हर्टिगो म्हणून निदान केले. परंतु वैद्यकीय उपकरणा-अभावी त्यांची ट्रीटमेंट योग्यरितीने झाली नाही. बिमारी वाढतच होती. मला तर जगणे कठीण झाले. घरातील सर्व बेचैन झाले.

आई, दोन्ही मुले पुण्यामध्ये असतात. त्यांनी डॉ. विनया चितळे मॅडम यांचा सकाळ पेपरला दिनांक १४ मार्च २०१४ रोजी ''फक्त रुग्ण सेवेसाठी मी पुन्हा मायदेशी परतणार'' हा लेख वाचला आणि आम्हाला फोन करुन सांगितले. आपणास तुझ्या बिमारीवरील योग्य डॉक्टर मिळाले असून तू ताबडतोब पुण्याला निघून ये. मी आणि घरचे लोकांनी त्वरीत निर्णय घेऊन आम्ही ताबडतोब पुणे गाठले. चितळे हॉस्पिटलला फोन करुन अपॉइंटमेंट घेतली. मॅडमनी तपासणी केल्यानंतर व कानाची ऑडिओ टेस्ट केल्यानंतर व्हर्टिगो संगेच आपणास बॅलन्स

ट्रीटमेंट घ्यावी लागेल असे सांगितले. परंतु आपण अगोदर बुलढाणाच्या डॉक्टरनी दिलेल्या गोळ्या तात्काळ बंद करु व त्या औषधीचा असर शरीरामध्ये जवळपास २० दिवस राहत असल्यामुळे २० दिवसानंतर या. त्याप्रमाणे २० दिवसानंतर डॉ. चितळे मॅडमनी माझी पुन्हा तपासणी केली आणि सांगितले आपणास एकही औषध/गोळ्या न घेता ट्रीटमेंट करायची आहे. त्यानुसार फिजिओ थेरपिस्ट कडून योग्य प्रकारे व्यायाम करुन घेतले. व त्याप्रमाणे प्रथम १५ दिवस व नंतर २० दिवस अशाप्रकारे वेगवेगळे व्यायाम करुन घेतले. मला एकच महिन्यात फरक पडून प्रथम मला होणाऱ्या उलट्या गरगरणे, तोल जाणे बंद झाले अश्या प्रकारे एकूण ६ बॅलन्स ट्रीटमेंट घेतल्यानंतर मी पूर्णपणे बरी झाले. मला कानाचा / उलट्या होणे मळमळ वगैरे कोणताही त्रास राहिला नाही. डॉ. चितळे मॅडम मुळे मी पूर्णतः बरी झाले व त्यांच्य मुळेच निरोगी जीवन जगत आहे. त्यामुळे मी त्यांची खूप आभारी आहे. माझी डॉ. चितळे मॅडमकडे येण्याऱ्या पेशंटला नम्र विनंती आहे, आपण मॅडम सांगतील त्याप्रमाणे

योग्य व्यायाम / उपचार पूर्ण करावे. अपूर्ण सोडू नये. आपण नक्कीच बरे व्हाल. परंतु ट्रीटमेंट सुरु असताना कोणत्याही प्रकारची औषध, गोळ्या घेऊ नका. धन्यवाद..!

सौ. उर्मिला भालचंद्र देवधर

वय ६५ वर्षे

गेली ८, ९ वर्षे मला चक्कर येण्याचा त्रास होता. एकदा चक्कर आली कि आठवड्याची वाट लागायची. उलट्या, झोप, डोकं दुखणं, डोळ्यासमोर अंधेरी, मळमळ असे सगळे प्रकार एकाच वेळी व्हायचे. त्रास सहन करत मी तशीच अंधारात पडून दिवस काढत होते. खूप त्रास व्हायचा. घर विस्कटलं जायचे. थोडं बरं वाटलं कि आपले काम सुरु. औषध घेतल्यावर बर वाटायचं. पण एक ते दीड महिन्यांनी हाच त्रास सुरु व्हायचा. शेवटी कंटाळून मी आमच्या फॅमिली डॉक्टरना विचारले कि हा त्रास सारखा सारखा कश्यामुळे होतो. तेव्हां ते म्हणाले कि बहुतेक कानाचा त्रास असावा. तेंव्हा मी डॉ. विनया चितळे यांच्या कडे आले. माझे औषध चालू असल्यामुळे त्यांनी मला ८-१० दिवसांनी बोलावले.

मी डॉक्टरांकडे गेल्यावर त्यांनी मला बॅलन्सिंग करायला पाठवले.

त्यांच्या पध्दतीप्रमाणे माझ्या टेस्ट होत गेल्या. त्यावेळी त्यांना कानात त्रास असल्याचे जाणवले. मला काय त्रास आहे व त्यासाठी लागण्याऱ्या उपाय योजनांची मला माहिती दिली. व माझ्या उपचाराची सुरुवात झाली. ३-४ सेटिंग्स नंतर मलाथोडा बदल जाणवू लागला. मी त्यांचे व्यायाम करायला लागले, थोडीफार घरात हिंडूफिरु लागले.

मला घरातून मिस्टर व मुलीचा चांगला पाठिंबा व आधार मिळाला. माझ्या बरोबर ते डॉक्टरांच्या कडे येत होते. उपचारांमुळे माझा आत्मविश्वास वाढीस लागला. उत्साह वाढला. मी बरी होणार अशी मला आशा वाटू लागली.

९ महिने मी उपचार घेतले. एका संध्याकाळी ट्रीटमेंट झाल्यावर मी बरी झाले असे सांगून त्यांनी मला आनंदाचा सुखद

धक्का दिला. हे सर्व सांगण्याचे कारण म्हणजे हा आजार बरा होण्यातला आहे. चिकाटीने आपण त्याचे व्यायाम व उपचार घेतल्याने नक्कीच बरे होऊ शकतो. हा माझा स्वतःचा अनुभव आहे. ट्रीटमेंट मध्येच सोडू नका. डॉक्टरांच्या बद्दल खात्री बाळगा व आपले आयुष्य नव्याने सुरु करा.

थोडा त्रास कंटाळा जाणवेल पण पुढील सुधारणा नक्कीच आनंददायी असेल.

Thank You डॉक्टर.

श्री अनिल महादेव कुदळे

मुक्काम पोस्ट लोणंद तालुका खंडाळा जिल्हा सातारा.

मला साधारण १९८७-८८ पासून वर्षातून एकदा चक्कर यायला लागली. नंतर २००१ ला जास्त चक्कर जाणवायला लागली. तेव्हा CT स्कॅन केले. रिपोर्ट नॉर्मल. तिथ पासून आमची ट्रीटमेंट चालू झाली. स्टुजेरॉन, स्टुजेरॉन फोर्टे, इत्यादी गोळ्या सतत खायला लागायच्या. मग लोणद चे डॉ. यादव, नंतर फलटण चे डॉ. राऊत, नंतर बारामतीचे डॉ. भोईटे यांचे शेजारी दवाखाना आहे (सायकॅट्रिस्ट). नंतर पुण्याचे डॉ. सोनावणे, डॉ. भाटे अंजली नंतर, डॉ. बा. तांबे, नंतर रुबी हॉलचे डॉ. घोरपडे, नंतर कर्वेरोडचे डॉ. मंगेश उदार तसेच फिरते आयुर्वेदिक हडपसरचे डॉ. गोसावी इथपर्यंत आमचा प्रवास झाला. डॉ. उदार यांच्या कडील गोळ्यांनी खुपच झोप यायची. डॉ. गोसावींनी कान वाहण्याचा थांबेल आणि ऐकू येईल याची गॅरंटी सागितली पण चक्करेचे काही सांगता येत नाही (गॅरंटी नाही) असे सांगितले.

त्यांचे आगोदर डॉ. अंजली भाटे, डॉ. विजय सोनावणे यांचे कडे ऑपरेशन झाले होते. पण तरीही डॉ. गोसावी यांचे कडे ऑपरेशन करावे लागले. तिथे रिझल्ट मिळाला पण चक्कर थांबली नाही. मग सकाळ पुणे पेपर वाचण्यात आला. औषध आणायला पुण्यात आलो तेव्हा १९, २० मार्च २०१४ ला पेपर वाचून अपॉइंटमेंट घेतली आणि ट्रिटमेंट चालू झाली. पहिले सिटिंग ५००/-, दुसरी सिटिंग ३००/-, तिसरी सिटिंग ३००/-, चौथे सिटिंग ३००/- एकूण १४००/- रुपये फक्त एवढ्याच पैशा मध्ये मी पूर्णपणे बरा झालो. ट्रीटमेंट एप्रिल १४ ला सुरु झाली जुन १४ ला पूर्णपणे बरा झालो. मी एवढे खुलासेवार सांगण्याचे कारण म्हणजे. मी एवढ्या डॉक्टरांकडे (दवाखाने) गेल्यावर किती पैसा गेला असेल याचा अंदाज सर्वांना येईलच. तसेच बरोबर CT स्कॅन, M.R.I., रक्त, लघवी, कार्डीयोग्रॅम, 2D इलेक्ट्रोडॉप्लर, HIV, N.B., व्हायरल अश्या कितीतरी तपासण्या झाल्या तरीही चक्कर तशीच, याचा परिणाम असा होत होता. मला घरचे लोक (आई, पत्नी,

मुलगी, भाऊ, वहिनी इत्यादी) ''याला काम करायचे नाही, मुद्दाम ढोंग करतोय. खातोय पीतोय सर्व करतोय. आणि काम करायलाच चक्कर येतेय'' अशा पद्धतीने घरचे वागायचे तसेच गोळ्या औषधे तपासण्या यांचा तर वैताग आला होता. कधी कधी असे वाटायचे आता आत्महत्या करावी या विचारा पर्यंत पोहोचायचो त्या दरम्यान माला हॅपी थॉट्स (तेजाज्ञान फाऊंडेशन) सत्संग मिळाला आणि आत्महत्येपासून परावृत्त झालो आणि प्रार्थना करु लागलो आणि प्रार्थनेचे फळ म्हणून मला डॉ. विनया चितळे साक्षात परमेश्वराच्या/गुरुच्या रुपात भेटल्या आणि माझ्या जीवनाचे परिवर्तन झाले. माझी हिस्टरी चितळे मॅडमनी ऐकून घेतली आणि मला दिलासा दिला. त्यांच्या बोलण्यामध्ये इतका आत्मविश्वास होता की काय बोलूच नका कारण अगोदर एवढी औषधे तपासण्या झाल्यावर पेशन्टची काय अवस्था असेल हे आपण समजून घ्या. मी पूर्णपणे बरा झाल्या पासून जोरदार कामाला लागलो आहे. आणि मी सर्व बॅकलॉग भरुन काढणारच आहे. मी सध्या फक्त ४-५ तास झोपतोय

आणि बाकी वेळेत काम आणि कामच चालू असते. तर मा. डॉ. विनया चितळे यांना कोटी कोटी धन्यवाद..! आणि परमेश्वर यांना खूप-खूप आयुष्य देवो अशी परमेश्वर चरणी प्रार्थना. पूर्ण बरा झाल्या पासून मी त्यांना प्रत्यक्ष भेटण्यासाठी फोन करतोय पण सतत बाहेरदेशी आणि इथे असल्यावर माझी भेट झाली नाही. तेव्हा आज ठरवलं OPD ला जायचे आणि भेटायचे. तेव्हा पुन्हा एकदा डॉ. विनया चितळे, हॉस्पिटल पूर्ण स्टाफ येथील सजीव निर्जीव वस्तूंना माझ्या कोटी-कोटी शुभेच्छा..! धन्यवाद.

संपूर्ण कुटूंबाला घेऊन आपणास भेटण्यासाठी यायचे आहे. तरी मला थोडातरी वेळ द्या ही नम्र विनंती.

तसेच ''पुणे सकाळ'' चेही आभार. असेच प्रत्येक जिल्हा-तील पेपरमध्ये बातमी देऊन पूर्ण भारत भर या क्लिनीकचा प्रचार प्रसार होऊन माझ्या सारखे अनेक रुग्ण बरे करावेत हीच माफक अपेक्षा.

कारण रुग्णाचे दु:ख काय असते ते रुग्णच जाणतो. भावनेच्या भरात मी जास्तच लिहीतो आहे. असे वाटून घेऊ नका सत्य कथा सांगितली आहे. यांत काहीही वाढवून घटवून नाही जसे आहे तसच लिहित आहे. उलट आठवलं नसेल म्हणून बरेच राहिले आहे.

माझा भाव, विचार वाणी, क्रियेतून कोणाला दु:ख पोहचले असेल तर मी माफी मागतो. कृपया मला क्षमा करा.. धन्यवाद..!

डॉ. विनया चितळे यांचे नाव भारतातच नव्हेतर जगभरात उज्वल व्हावे आणि जास्तीत जास्त रुग्णांची सेवा त्यांच्या हातून व्हावी या साठी आमचे सर्व आयुष्य परमेश्वराने त्यांना द्यावे ही पुन्हा एकदा प्रार्थना.

लिहीण्या सारखे खूप आहे पण कुठेतरी थांबलं पाहीजे. धन्यवाद..!

सौ. हेमांगी हेमंत शिंदे
कसबा पेठ पुणे.

मला ३ वर्षांपसून चक्कर येत होती. खूप दवाखाने फिरले पण फरक पडत नव्हता. डोक्याचे ECG केले. रिपोर्ट नॉर्मल आले. बाहेर काय घरात ही भिती वाटायची. जगणे नकोसे झाले होते. ३ वर्ष गोळ्या घेत होते पण फरक पडत नव्हता.

नंतर मे मध्ये चितळे मॅडम विषयी कळले. त्यांचा पेपरमध्ये लेख वाचला.

त्या नंतर त्यांची अपॉइन्टमेंट घेतली. त्यांनी व्यायाम सांगी–तले, त्यामुळे मी दोन महिन्यातच बरी झाले. डॉ. चितळे मॅडम आणि डॉ. सलोनी मॅडम यांना धन्यवाद..!

विवेक भालचंद्र जोशी

वय वर्ष – ६४, राहणार कर्वे रोड, पुणे.

मला सुमारे ८ ते ९ वर्षांपासून व्हर्टीगो म्हणजे चक्कर येण्याचा त्रास होते होता. ऑफिसमध्ये काम करताना मोबाईलवर कॉल आला म्हणून मोबाईल उजव्या कानाला लावला असता नुसता टर्रर्र असा आवाज येऊ लागला. मला असे वाटले मोबाईल मध्ये बिघाड झाला आहे. परंतु कानाने दिलेला पहिला धोक्याचा संदेश होता. परंतु मला त्यावेळी व्हर्टीगो संबंधी काहीच माहीत नव्हती त्यामुळे कानाने दिलेला संदेश मी समजू शकलो नाही.

त्यानंतर सुमारे ६–७ महीन्यांनी ऑफिस मध्ये मिटींगमध्ये असताना माझी केबिन पूर्ण गोलगोल फिरु लागली. आणि काही कळायच्या आत. उल्ट्या सुरु झाल्या. खुप घाम येत होता. ३ ते ४ तास माला हा त्रास चालू होता शेवटी फॅक्टरीतील डॉक्टरांनी मला हॉस्पिटलमध्ये ॲडमिट करण्याचा निर्णय घेतला.

सहा तासांनी त्रास थांबला. हॉस्पिटलमधील ENT स्पेशा–लिस्टनी तपासणी करुन व्हर्टीगोचा त्रास असल्याचे निदान केले. त्यांनी व्हर्टीन च्या गोळ्या सुरु केल्या. पुढील सुमारे ४ वर्षे त्यांच्या कडे ट्रीटमेंट चालू होती. परंतू व्हर्टीनच्या गोळ्या बंद केल्यावर चक्कर पुन्हा चालू.

त्या ट्रीटमेंटचा दूरगामी परिणाम दिसत नव्हता. म्हणून हॉमियोपॅथीच्या डॉक्टरांची ट्रीटमेंट सुरु केली ही ट्रीटमेंट पण २ वर्षे घेतली. पण काहीच फरक दिसत नव्हता. चक्कर येण्याचे प्रमाण खूपच वाढले. घरातल्या घरात वॉशरुम ला जायचे झाले तरी कोणालातरी बरोबर घेऊन जावे लागे. मी कामानिमित्त परदेशात खुप वेळा प्रवास केला आहे. परंतु व्हर्टीगोमुळे घरातून सुद्ध बाहेर पडणे बंद झाले. रिटायरमेंट नंतर हातात असलेले २ जॉब ऑफर नाकारुन घरी बसण्याची वेळ आली. या सर्व प्रकारामुळे खुप नैराश्य आले. जोडीला कानात आवाज येणे सुरु झाले (Tinitus). सर्व बाजूनी कोंडी झाली होती.

परावलंबित्व आणि आजारपणामुळे जीव नकोसे झाले होते. जे कोणी जो उपाय सांगेल तो करीत होते. होमियोपॅथी, प्राणिकहिलींग, ओझोन थेरपी असे अनेक उपाय झाले पण उपयोग शून्य.

पण सुदैवाने माझ्या एका मित्राकडून डॉ. विनया चितळे यांच्या कडील व्हर्टीगो क्लिनीक संबंधी माहिती कळाली. डॉ. चितळे यांची अपॉईन्टमेंट घेतली. त्यांनी प्रथम बेराटेस्ट आणि बॅलेन्स-टेस्ट घेतल्या. मला नेमका काय आजार आहे. हे अतिशय शास्त्रोक्त पद्धतीने समजावून सांगुन त्यावर खात्रीशीर उपाय उपलब्ध आहेत याची ग्वाही दिली. त्यामुळे माझा आत्मविश्वास खूपच वाढला.

जसजशी ट्रीटमेंट घेत गेला तसतशी माझ्या आजारपणात सुधारणा होत गेली आणि आता मी माझ्या दररोजच्या ॲक्टि-व्हिटी कोणावरही अवलंबून न राहता करु शकतो.

डॉ. विनया चितळे यांनी दिलेला विश्वास, त्यांची समजावून सांगण्याची पद्धत ही अतिशय आपलेपणाची आहे. त्यामुळे रुग्ण बरा होण्यास सुरुवात होते. त्याच बरोबर आंतरराष्ट्रीय दर्जाची उपकरणे आणि त्यांचा या क्षेत्रातील अनुभव रुग्णला हमखास बरे करतो. जो पर्यंत रुग्ण बरा होत नाही तो पर्यंत त्यांना चैन पडत नाही हा आजकाल वैद्यकिय सेवेमध्ये दुर्मिळ झालेला गुण डॉ. विनया चितळे यांच्या कडे पुरेपुर आहे याचा मी प्रत्यक्ष अनुभव घेतला आहे.

माझ्या सारख्या अनेक रुग्णांना त्यांच्या ज्ञानाचा, अनुभवाचा फायदा होवो आणि त्यांच्या हातून अशीच रुग्ण सेवा घडो ही सदिच्छा..!

डॉ. विनया चितळे आणि त्यांच्या संपूर्ण टीमला माझ्या खूप-खूप शुभेच्छा..!