Marengo CIMS Hospital

HUMANE BY PRACTICE

CIMS NEWS CARE & CURE

Price : ₹ 5/-

Volume-16 | Issue-175| February 25, 2025

CIMS NEWS CARE & CURE
Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

Marengo CIMS Hospital
HUMANE BY PRACTICE

હૃદયરોગનું સતત વધતુ પ્રમાણ

ડૉ. અનિષ ચંદારાણા
MD, DM (Cardiology)
Interventional Cardiologist
+91 98250 66661
anish.chandarana@cims.me

છેલ્લા ૧૦-૨૦ વર્ષો દરમિયાન ભારત દેશમાં હૃદયરોગના દર્દીઓમાં માની ન શકાય એ ઝડપે વધારો થયો છે. એટલું જ નહિ, પ્રમાણમાં નાની ઉમરના યુવાનોમાં તથા જેમને હાઈ બીપી, ડાયાબિટીસ કે તમાકૂના સેવન જેવા જોખમી પરિબળો ન હોય તેમને પણ હાર્ટ એટેક આવવાની ઘટનાઓ બની રહી છે.

હૃદયરોગથી બચવાના ઘણાં ઉપાયો છે. આવો જ એક સરળ, સુલભ અને બિલકુલ જોખમ વગરનો ઉપાય છે ધ્યાન. ભારત દેશમાં આપણામાંથી મોટાભાગના લોકો માનતા આવ્યા છે કે ધ્યાનથી ખૂબ ફાયદા થાય છે.

આધુનિક તબીબી વિજ્ઞાન પણ ખૂબ સંશોધનોના અંતે આવા જ નિષ્કર્ષ પર પહોચ્યું છે.

ધ્યાન તબીબી વિજ્ઞાનની દ્રષ્ટિએ

(ધ્યાનના અનેક ફાયદાઓ છે)

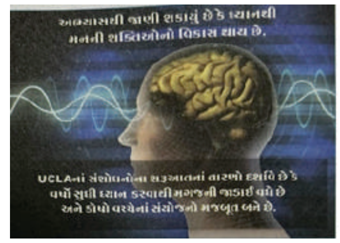
ધ્યાન દરમિયાન વ્યકિતનાં શરીર તથા મનની જુદી જુદી પ્રણાલીઓ-અંત:સ્ત્રાવી, ચયાપચય, શ્વસનતંત્ર, રુધિરાભિસરણતંત્ર, જ્ઞાનતંતુઓ, ચેતાતંત્ર વગેરે—પર ઘનિષ્ઠ અસરો પડે છે. લોહીનાં વિવિધ પરિક્ષણો તથા E C G , E E G , MRI,TCBF, SPECT વગેરે જેવી અદ્યતન ટેકનોલોજીથી નીચેના મુદ્દા જાણવા મળ્યા છે.

(૧) વાસોપ્રસીન, ગાબા, સીરોટોનીન, ડોપામીન જેવા અંત:સ્ત્રાવોનું પ્રમાણ વધે છે. સ્ટિરોઈડ, એડ્રીનાલીન, નોરએડ્રીનાલીન જેવા અંત:સ્ત્રાવોનું પ્રમાણ ઘટે છે.

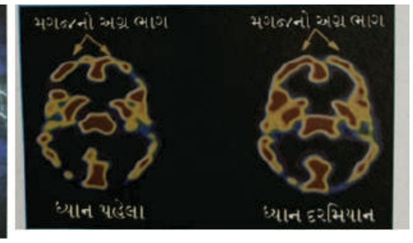
(૨) ચયાપચયની પ્રક્રિયાઓ ધીમી પડે છે. આથી શરીરની ઓકિસજન અને ખોરાક માટેની જરૂરિયાત ઘટે છે.

(3) શ્વાસ અને નાડી ધીમાં પડે છે. હૃદય અને ફેફસાંને ઓછું કામ કરવું પડે છે.

(૪) મનની અંદર આલ્ફા અને થીટા તરંગો જન્મે છે. તે મનની શાંત તથા સજાગ અવસ્થાના ઘોતક છે.



ધ્યાન કરવાથી મગજમાં કેટલાક રાસાયણિક અને વીજચુંબકીય પરિવર્તનો થાય છે)



(ધ્યાન દરમિયાન મગજના વિવિધ ભાગોને મળથા રક્તપ્રવાહમાં ચોક્કસ ફેરફાર થાય છે

(૫) ઉચ્ચ વિચારો, એકાગ્રતા અને શાંતિ (સાત્વિકતા) માટે કાર્યરત મનના આગળના ભાગમાં લોહીનો પ્રવાહ વધે છે. જયારે સાંસારિક (રાજસ્-તમસ્) વ્યવહારો માટે જવાબદાર એવા મનના બંને બાજુના ભાગમાં લોહીનો પ્રવાહ ઘટે છે.

(૬) ચેતાતંત્રના જે ભાગ પર આપણો કાબૂ નથી, ત્યાં આપણો કાબૂ આવે છે. તાણ જન્માવનારી Sympathetic Nervous System ની સક્રિયતા ઘટે છે અને માનવીને શાંત-સ્વસ્થ બનવામાં મદદ કરતી Parasympathetic Nervous system વધારે સક્રિય બને છે.

યોગ અને ધ્યાન: તબીબી ફાયદા

યોગ અને ધ્યાનથી નીચેની માંદગીઓમાં ફાયદો થવાનાં તારણો જુદા જુદા સંશોધનો દ્વારા તબીબી જગત પાસે છે. અમુક માંદગીમાં સંપૂર્ણ તથા અનેક માંદગીમાં અંશત: સુધારો થયાના આધાર છે. આમ થવાથી શકય છે કે દવાઓની જરૂરિયાત માં ઘટાડો થાય.

(૧) હૃદયરોગ ની બીમારીઓ: લોહીનું ઊંચું દબાણ, હૃદયશૂળ, હૃદયરોગનો હુમલો.

(૨) શ્વસનતંત્રની બીમારી દમ

(3) પેટ અને આંતરડાનાં રોગો: છાતીમાં/પેટમાં બળતરા(હાઈપર એસિડિટિ, ઝાડા, કબજિયાત.

(૪) માનસિક બીમારીઓ: માઈગ્રેન, તણાવ, હતાશા (Depression) અને વ્યાકુળતા

(Anxiety)

(૫) સ્ત્રીઓના પ્રશ્નો: કુમારિકામાં માસિકસ્ત્રાવની શરૂઆત વખતે થતા પ્રશ્નો, મેનોપોઝ વખતે અને પછી થતા પ્રશ્નો

JCI (USA) NABL ACC

Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

(૬) એલર્જી અને ચામડીના પ્રશ્નો
(૭) સ્નાયુ અને હાડકાંના પ્રશ્નો, વા

યોગ અને ધ્યાનનો સૌથી વધારે ફાયદો કશી બિમારી ન ઘરાવતી વ્યકિતને થાય છે. આજીવન સ્વસ્થ રહેવામાં યોગ અને ધ્યાનથી ખૂબ મદદ મળે છે.

અમેરિકન હાર્ટ એસોસિએશન(AHA); નેશનલ હાર્ટ, લંગ અને બ્લડ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ; NHLBI, USA), અમેરિકન પેઈન સોસાયટી, જર્નલ ઓફ પેઈન, એસોસિએશન ઓફ સ્લીપ સોસાયટીસ, અમેરિકન જર્નલ ઓફ હાઈપરટેન્શન, કેનેડિયન સેન્ટર ફોર એડિકશન એન્ડ મેન્ટલ હેલ્થ, જર્નલ ઓફ સાયકો ન્યૂરો એન્ડોક્રાઈનોલોજી, અમેરિકન મેડિકલ એસોસિએશન, જર્નલ ઓફ પર્સનાલીટી એન્ડ સોશિયલ સાયકોલોજી, જહોન હોપકિન્સ મેડિકલ સેન્ટર વગેરે જેવી અનેક ખ્યાતનામ તબીબી સંસ્થાઓ અને પ્રકાશનોએ યોગ-ધ્યાનના ફાયદાઓ સ્વીકારીને પ્રમાણિત રીતે રજૂ કરેલા છે.

યોગ અને ધ્યાન: દૈનિક જીવનમાં ફાયદા

માનવીને સ્વસ્થ જીવન જીવવામાં મદદરૂપ થાય તેવા અસંખ્ય ફાયદાઓ નિયમિતપણે યોગ-ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવાથી મળે છે.

(૧) માનસિક-શારીરિક સ્વાસ્થ્યની સાથે ભાવાત્મક અને આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય પણ સારું થાય છે. માનવીના IQ, EQ અને SQ માં સુધારો થાય છે.
(૨) ગુસ્સો, શંકા, ભય, ચીડિયાપણું, ઈર્ષા, હતાશા જેવી નકારાત્મક લાગણીઓ ઉપર કાબૂ આવે છે.
(3) પ્રેમ, કરૂણા, સહનશીલતા, ક્ષમાભાવના, સાદગી, નિર્મળતા જેવી હકારાત્મક બાબતોનો જીવનમાં વિકાસ થાય છે.
(૪) તાણ ઘટે છે અને એકાગ્રતા તથા સૂક્ષ્મતા વધે છે.
(૫) વ્યકિત Reactive માંથી Proactive બને છે.
(૬) વ્યકિતને પોતે જે વ્યવસાય-કામ કરતો હોય ત્યાં ખુશીનો અનુભવ થાય છે. તેનું કાર્ય દીપી ઉઠે છે.
(૭) માનવીય સબંધો વધારે પ્રેમ અને સુમેળભર્યા બને છે.
(૮) જીવન પ્રત્યે હકારાત્મક અભિગમ કેળવાય છે.
(૯) માનવી પોતાના શરીર અને મન પર વધારે કાબૂ ઘરાવતો થાય છે.
(૧૦) અંદરથી શાંતિ તથા આનંદનો અનુભવ થાય છે.

લખતાં અંત ન આવે એટલા અને એવા ફાયદા ધ્યાનથી થાય છે. બસ ધ્યાનની યોગ્ય પધ્ધતિ શીખી અને આજથી જ તેનો અમલ કરવાનું શરૂ કરીએ.

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

Marengo CIMS Hospital

HUMANE BY PRACTICE

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલે 'સ્ટોરીઝ ઓફ ધ હાર્ટ' બુક લોન્ચ કરી

ડૉ. ધીરેન શાહ

MB, MS, MCh (CVTS), FICS

Director - Consultant Cardiac Surgeon

Director - Heart Transplant Programme and Mechanical Circulatory Support (MCS) Programme

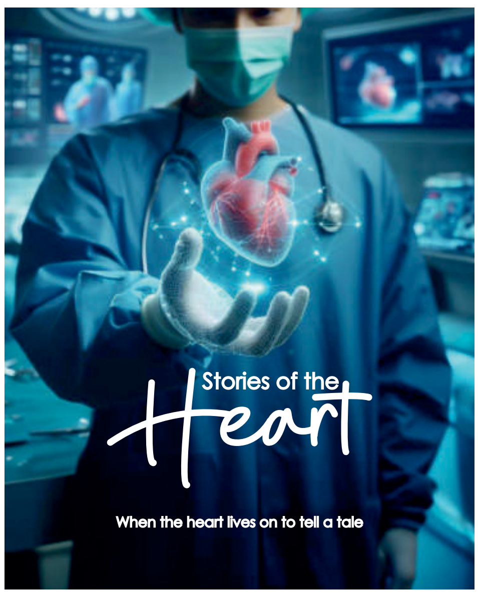
(Mo.) +91 98255 75933

dhiren.shah@cims.me

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલે 21મી જોઈન્ટ ઇન્ટરનેશનલ કોન્ફરન્સ 2025માં 'Stories of the Heart ' પુસ્તકનું લોકાર્પણ કર્યું, જેમાં પ્રેરણાત્મક હાર્ટ ટ્રાંસપ્લાંટ દર્દીઓની જર્ની અને મેડિકલ એક્સેલન્સ વિષે ઉમદા રજૂઆત થઇ છે.

JIC 2025માં 3000 થી વધુ મહેમાનો, આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રતિનિધિઓ અને 6 દેશોની સહભાગિતાનું એક ઉત્કૃષ્ઠ કોન્ફરન્સ યોજાઈ છે. એકેડેમિક્સના આ 30મા વર્ષમાં વિવિધ મેડિકલ બ્રાન્ચીઝ અને અરસપરસ ચર્ચાઓ માટે વિવિધ વિષયો પર સિમ્પોઝિયમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદ દ્વારા 21મી જોઈન્ટ ઇન્ટરનેશનલ કોન્ફરન્સ (10-12 જાન્યુઆરી, 2025) યોજાયી, જે દર વર્ષે મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા યોજવામાં આવતી વાર્ષિક આંતરરાષ્ટ્રીય ઇવેન્ટ છે. આ વર્ષે ભારત અને વિશ્વભરમાંથી 3000 થી વધુ ડોકટરોનો અવિશ્વસનીય સપોર્ટ જોવા મળ્યો. મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ જોઈન્ટ કમિશન ઇન્ટરનેશનલ (JCI) માન્યતા અને પ્રમાણપત્ર હાંસલ કરેલ હોસ્પિટલ છે અને આરોગ્ય સંભાળની ગુણવત્તા અને દર્દીની સલામતીમાં વૈશ્વિક અગ્રણી તરીકે ઓળખાય છે.



આ વર્ષે, JIC 2025 એ પ્રીમિયર સાયન્ટિફિક પ્લેટફોર્મ તરીકે તેની પ્રણાલી ચાલુ રાખી, જેમાં કાર્ડિયોવેસ્ક્યુલર સાયન્સિસ, ન્યુરોલોજી, ઇન્ફેક્શિયસ ડિસીઝ, પલ્મોનોલોજી અને ઇમરજન્સી મેડિસિન પર સમર્પિત સિમ્પોઝિયમ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. પ્રતિષ્ઠિત રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય ફેકલ્ટીઓએ ગ્રાઉન્ડ બ્રેકિંગ સંશોધન અને એડ્વાન્સમેન્ટ વિષે માહિતી શેર કરી, આ મેગા ઇવેન્ટ તબીબી વ્યાવસાયિકો, અનુસ્નાતક વિદ્યાર્થીઓ અને હેલ્થકેર લીડર્સ સહિતના પ્રતિનિધિઓ માટે એક વિશેષ અનુભવ બનાવ્યો.

ઇવેન્ટનું મુખ્ય આકર્ષણ **"સ્ટોરીઝ ઓફ ધ હાર્ટ" પુસ્તકનું અનાવરણ હતું,** જે હાર્ટ ટ્રાંસપ્લાંટના દર્દીઓની હૃદય ગાથા છે, જે હૃદય સંબંધી પડકારોનો સામનો કરવા માટે મક્કમતા , આશા અને વિજયની પ્રેરણાદાયી વાર્તાઓને કેપ્ચર કરે છે. **પુસ્તકનું લોકાર્પણ પૂજ્ય ડૉ. જ્ઞાન વત્સલ સ્વામીજી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું,** જેમની હાજરીએ આ કાર્યક્રમમાં આધ્યાત્મિક અને પ્રેરક પરિમાણ ઉમેર્યું હતું. આ પ્રસંગે બોલતા, સ્વામીજીએ જીવનમાં પરિવર્તન લાવવાના મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલના પ્રયાસોની પ્રશંસા કરી અને તબીબી સંભાળમાં કરુણાના મહત્વ પર ભાર મૂક્યો. **ડૉ. ધીરેન શાહ, ડાયરેક્ટર - કાર્ડિયાક સર્જરી ડિપાર્ટમેન્ટ અને હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ પ્રોગ્રામ, મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ,** કહે છે, **'સ્ટોરીઝ ઓફ ધ હાર્ટ'** અમારા હૃદય ટ્રાન્સપ્લાન્ટ દર્દીઓની મક્કમતા અને અમારી ટીમની પ્રતિબદ્ધતાને પ્રતિબિંબિત કરે છે. ડિસેમ્બર 2016 માં ગુજરાતનો પ્રથમ હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ પ્રોગ્રામ શરૂ કરવો એ એક પડકાર હતો, પરંતુ આજે, 56 ટ્રાન્સપ્લાન્ટ પૂર્ણ થયા પછી, અમે અંગ દાન અને હૃદય પ્રત્યારોપણ વિશે જાગૃતિ વધારવામાં યોગદાન આપવા બદલ ગર્વ અનુભવીએ છીએ. JIC પ્લેટફોર્મ અમને આ પરિવર્તનકારી સ્ટોરીઝ શેર કરવાની અનન્ય તક પૂરી પાડે છે, નવીનતા ફેલાવે છે અને હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને કાર્ડિયાક કેરમાં આગળની પ્રગતિને પ્રેરણા આપે છે."

શ્રીમતી પ્રીતા ચગ, મુખ્ય સંપાદક અને લેખિકા, વ્યક્ત કરે છે, " **'સ્ટોરીઝ ઓફ ધ હાર્ટ'** માત્ર એક પુસ્તક નથી - આ પુસ્તક હિમ્મત, આશા અને માનવ ભાવનાની અવિશ્વસનીય જીતની સફર છે. દરેક વાર્તા માત્ર તબીબી સફળતાઓ જ નહીં પરંતુ ભાવનાત્મક લાગણી કેપ્ચર કરે છે જે હીલિંગને ખરેખર હાઈલાઈટ કરે છે. આ પ્રેરણાદાયી વાર્તાઓને જીવન આપવું એ એક સન્માનની વાત છે અને હું આશા રાખું છું કે તે દરેક વાચક સાથે કનેક્ટ કરશે."

પુસ્તક વિમોચન કાર્યક્રમમાં મહાનુભાવો અને આરોગ્યસંભાળના દિગ્ગજો કોન્ફરન્સમાં આવ્યો હતો. સન્માનિત અતિથિઓમાં ડો. શરદ ઠાકર, ડો. પથિક પટવારી, ડો. રાજીવ સિંઘલ, અભિષેક કાબરા , ડો. આર. કે. પટેલ , ડો. દેવેન્દ્ર ભટનાગર, શ્રી મનીષ મહેતા, શ્રી અજય ઉમટ, અને ડો. મનોજ અગ્રવાલ સહિત અન્યો સામેલ હતા. તેમની હાજરીએ સહયોગી ભાવના અને એક અદભુત ઉમળકો જે JIC 2025ની સફળતાને એક વિશેષ ઊંચાઈ આપી હતી.

JIC 2025 તબીબી વિજ્ઞાનને આગળ વધારવા અને વૈશ્વિક હેલ્થકેર નેતાઓ વચ્ચે અર્થપૂર્ણ સહયોગને પ્રોત્સાહન આપવા માટેની અમારી દ્રઢ પ્રતિબદ્ધતાને પ્રતિબિંબિત કરે છે. 6 દેશોમાં 3,000 થી વધુ પ્રતિનિધિઓની સહભાગિતા સાથે, આ કોન્ફરન્સ પ્રોફેશનલ મિટિંગ જ માત્ર નથી, પણ નવીનતા, હિમ્મત અને દર્દીની સંભાળમાં શ્રેષ્ઠતાના અમારા સહિયારા પ્રયાસનું પ્રતીક છે. મૈરિંગો એશિયા હોસ્પિટલ્સમાં, **3Ts—ટીચ, ટ્રેન અને ટ્રીટ**—અમારી ફિલસૂફી દર્શાવે છે. મેડિકલ પ્રોફેશનલ્સની આગામી પેઢીને માર્ગ દર્શન આપીને , પ્રેક્ટિશનરોને યોગ્ય કૌશલ્યોથી સજ્જ કરીને અને અપ્રતિમ સંભાળ પૂરી પાડીને, અમે કરુણા અને નવીનતા દ્વારા વ્યાખ્યાયિત, આરોગ્યસંભાળમાં નવા માપદંડો સેટ કરવાનું લક્ષ્ય રાખીએ છીએ.

JIC એ અમારા માટે સામૂહિક રીતે આરોગ્યસંભાળના લેન્ડસ્કેપની કલ્પના કરવાની તક છે જે માત્ર તકનીકી રીતે અદ્યતન નથી પણ ઊંડી કરુણાપૂર્ણ અને દર્દી-કેન્દ્રિત પણ છે. હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટના દર્દીઓની અવિશ્વસનીય સફરનું વર્ણન કરતું પુસ્તક **'સ્ટોરીઝ ઓફ ધ હાર્ટ'** લોન્ચ કરવા નો આનંદ છે. તે હિમ્મત , આશા અને જીવનમાં પરિવર્તનશીલ વાતને પ્રકાશિત કરે છે તબીબી પ્રગતિ અને કરુણાપૂર્ણ સંભાળ પર પ્રકાશ પાડે છે જે હૃદય પ્રત્યારોપણને શક્ય બનાવે છે

JCI (USA) NABL ACC

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

Marengo CIMS Hospital
HUMANE BY PRACTICE

ધૂમ્રપાનની તલપ મટાડો- રોગ ભગાવો

ડૉ. નિતેશ શાહ

Consultant Pulmonologist
(Specialist in Respiratory Diseases,
Fiberoptic Bronchoscopy,
Critical Pulmonary Medicine &
Sleep Disorders)
+91 98250 27487
nitesh.shah@marengoasia.com

ધૂમ્રપાન તે પછી બીડીનું હોય, સીગરેટનું હોય કે ચલમનું હોય, માનવ શરીર માટે ખતરનાક સાબિત થયેલુ છે. વિશ્વમાં લાખો લોકો ધૂમ્રપાનની આડઅસરોને લઈને અનેકવિધ રોગોમાં સપડાઈને તેમને મળેલા આ અમૂલ્ય માનવશરીરની બરબાદી સર્જે છે. શરીરનું એવુ કોઈપણ અવયવ નથી કે જે ધૂમ્રપાનને લીધે નુકશાન પામતુ ન હોય. ધૂમ્રપાનથી ફેફસામાં સી.ઓ.પી.ડી COPD (ક્રોનિક ઓબસ્ટ્રેટીવ પલ્મોનરી ડીસીઝ) જેવો રીઢો રોગ ઉત્પન થાય છે. જેનાથી ફેફસાંની કાર્યક્ષમતા દિન-પ્રતિદિન ઘટતી જાય છે. ધૂમ્રપાન કરનારા ચોથા ભાગના વ્યક્તિઓને આ રોગ થતો જોવા મળે છે. સી.ઓ.પી.ડી COPD ના દર્દીને થતી મુખ્ય ફરીયાદોમાં થોડુંક ચાલવાથી થતો શ્વાસ, સતત આવતી કફવાળી ખાંસી, અને થકાવટ, સી.ઓ.પી.ડી COPD રોગનું નિદાન પલ્મોનરી ફંકશન ટેસ્ટ એટલે કે સ્પાઈરોમેટ્રીથી થઈ શકે. સ્મોકીંગથી ફેફસાંનું કેન્સર થવાનું જોખમપણ અનેકગણું વધે છે. તદ્ઉપરાંત સ્મોકીંગથી હૃદયરોગ, મોઢા અને જડબાનું કેન્સર, પણ સવિશેષ પણે નોંધાય છે.

આમ અનેકવિધ રોગોના મૂળ સમાન આ ધૂમ્રપાન વ્યકિત સમજપૂર્વક છોડે તેમાં જ તેનું હિત સમાયેલું છે. સામાજીક જાગૃતિને લીધે ઘણાબધા વ્યક્તિઓ સ્મોકીંગ છોડવા માગતા હોય છે પણ સ્મોકીંગની જોરદાર તલપને લીધે આ વ્યસન છોડવામાં તેમને સફળતા મળતી નથી. તમાકુમાં રહેલું એક નિકોટીન નામનું દ્રવ્ય શરીરમાં એક અદમ્ય તલપ ઉભી કરે છે, તેમ જ જો વ્યકિત અચાનક સ્મોકીંગ કરવાનું બંધ કરે તો તેને પરિણામે નીકોટીન ન મળવાને લીધે ધણી ફરીયાદો ઉભી થાય છે. આને લીધે ધણાં દર્દીઓ બંધાણ છોડી શકતા નથી

પરંતુ દ્રઢ મનોબળ અને ડોકટર્સ અને પેરામેડીકલ સ્ટાફની પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહનથી આ બંધાણને મહદ્અંશે છોડી શકાય છે.

સીગારેટ-બીડીનું બંધાણ છોડવા માટેની મુખ્ય સારવાર ને "નીકોટીન રિપ્લેસમેન્ટ થેરપી" તરીકે ગણવામાં આવે છે. તેમાં નીકોટીન દ્રવ્યને ઓછી માત્રામાં ચ્યુઈંગમ, ચામડી પર લગાવવાની પટ્ટી કે સ્પ્રે સ્વરૂપે આપવામાં આવે છે. તેને લીધે સ્મોકીંગ બંધ કરવાને લીધે થતી શારીરિક તકલીફો અને મનમાં લાગતી તલપ ઘણી ઓછી થાય છે. તદ્ઉપરાંત વેરિનિકલીન નામની દવા આપવાથી સ્મોકીંગ કરવાથી મળતો આનંદ અને "કીક" ની લાગણી ઘટી જતા વ્યકિતને સ્કોમીંગ કરવાની ઈચ્છા થતી નથી.

મૈરિંગો સીમ્સ હોસ્પિટલમાં પલ્મોનોલોજીસ્ટ, સાઈકીયાટ્રીસ્ટ, સાયકોથેરાપીસ્ટ અને પેરામેડીકલ સ્ટાફના ટીમ એપ્રોચથી "સ્મોકીંગ અટકાવો કિલનિક" કાર્યરત છે. વ્યકિતના મનોબળ, દવાઓ અને પ્રેરણા પ્રોત્સાહનથી ધૂમ્રપાનની તલપ અવશ્યપણે અટકાવી અને ઘણાં રોગોને શરીરમાંથી ભગાવવા શકય છે.

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

Marengo CIMS Hospital
HUMANE BY PRACTICE

મૅરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદમાં
કેશલેસ સેવાઓ
હવે ઉપલબ્ધ

જોઈન્ટ કમિશન ઈન્ટરનેશનલ માન્યતા પ્રાપ્ત

અમદાવાદ શહેરની એક માત્ર મલ્ટી-સ્પેશ્યાલીટી હોસ્પિટલ

કેશલેસ ઈન્સ્યોરન્સ I થર્ડ પાર્ટી એડમિનિસ્ટ્રેટર (TPA) I પબ્લિક સેક્ટર અંડરટેકીંગ (PSU)

ઇન્શ્યોરન્સ કંપનીઓ

- ન્યૂ ઈન્ડિયા એશ્યોરન્સ
- નેશનલ ઇન્શ્યોરન્સ
- યુનાઇટેડ ઈન્ડિયા ઇન્શ્યોરન્સ
- ઓરિયેન્ટલ ઇન્શ્યોરન્સ

ટી.પી.એ. (TPA)

- અલંકિત હેલ્થ કેર
- અનમોલ મેડીકેર
- અન્યુતા હેલ્થકેર
- ઈસ્ટ વેસ્ટ આસિસ્ટ
- એરિક્સન હેલ્થેકર
- ફેમિલી હેલ્થ પ્લાન
- ફોક્સ હેલ્થસર્વિસ
- જેનિસ ઈન્ડિયા
- ગુડ હેલ્થ પ્લાન
- ગ્રાન્ડ હેલ્થકેર સર્વિસ
- હેપ્પી ઈન્સ્યોરન્સ
- હેલ્થ ઈન્ડિયા
- હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ
- હેરિટેઝ હેલ્થ
- એમડી ઈન્ડિયા હેલ્થકેર
- મેડ સેવ હેલ્થ કેર
- મેડી આસિસ્ટ ઈન્ડિયા
- મેડએડવાન્ટેજ ઈન્સ્યોરન્સ
- પાર્ક મેડીકલેમ
- પેરામાઉન્ડ હેલ્થ સર્વિસ
- રક્ષા હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ
- રોથશિલ્ડ હેલ્થકેર
- સેફવે હેલ્થકેર
- સ્પૂર્થી મેડિટેક
- શ્રી ગોકુલમ હેલ્થ સર્વિસીસ
- વિડાલ હેલ્થ
- વિપુલ મેડ કોર્પ

પ્રાઈવેટ ઈન્શ્યોરન્સ

- આદિત્ય બિરલા હેલ્થ
- બજાજ આલિયાન્ઝ
- ચોલા MS
- મનિપાલ સિગ્ના
- ડીએચએફએલ
- એડલ વાઇસ
- ગો ડિજીટ
- એચડીએફસી અર્ગો
- ICICI લોમ્બાર્ડ
- ઇફ્કો ટોકિયો
- ઇન્ડિયા ફર્સ્ટ લાઈફ ઇન્શ્યોરન્સ
- લિબર્ટી જનરલ ઇન્શ્યોરન્સ
- મેગ્મા HDI
- નિવા બુપા
- કેર હેલ્થ
- રિલાયન્સ જનરલ
- એસ.બી.આઈ. જનરલ
- સ્ટાર હેલ્થ એન્ડ એલાઈડ
- ટાટા એ.આઈ.જી
- યુનિવર્સલ સોમ્પો
- એકો જનરલ
- નાવી જનરલ ઈન્સ્યોરન્સ

પબ્લિક સેક્ટર અન્ડરટેકિંગ (PSU)

- એરપોર્ટ ઓથોરિટી ઓફ ઇન્ડિયા
- ભારત સંચાર નિગમ લિમિટેડ*
- ભારત પેટ્રોલિયમ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (BPCL)
- **સેન્ટ્રલ ગવર્મેન્ટ હેલ્થ સ્કિમ (CGHS)**
- સેન્ટ્રલ યુનિવર્સિટી ઓફ ગુજરાત (ગાંધીનગર)
- કોલ ઈન્ડિયા લિમિટેડ
- દીનદયાળ પોર્ટ ઓથોરિટી
- એમ્પ્લોઇ'સ સ્ટેટ ઇન્શ્યોરન્સ કોર્પોરેશન (ESIC)* (માત્ર કર્મચારીઓ અને પેન્શનરો માટે)
- **ECHS (એક્સ-સર્વિસમેન કોન્ટ્રીબ્યુટરી હેલ્થ સ્કીમ)**
- ફૂડ કોર્પોરેશન ઓફ ઈન્ડિયા
- ગેસ ઓથોરિટી ઓફ ઈન્ડિયા લિમિટેડ (GAIL)
- ગુજરાત મિનરલ્સ ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (GMDC)*
- ગુજરાત સ્ટેટ ફર્ટિલાઇઝર્સ કેમિકલ્સ લિમિટેડ (GSFC)
- ગુજરાત ઉર્જા વિકાસ નિગમ લિમિટેડ (GEB) (GUVNL, GSECL, GETCO, UGVCL, PGVCL, MGVCL, DGVCL)
- હાઉસિંગ એન્ડ અર્બન ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (HUDCO)
- હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (HPCL)
- ઇન્ડિયન ફાર્મર્સ ફર્ટિલાઇઝર્સ કોર્પોરેશન (IFFCO)
- ઈન્કમ ટેક્સ ડિપાર્ટમેન્ટ
- ઈન્ડિયન ઓઈલ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (IOCL)
- ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ફોર પ્લાઝ્મા રિસર્ચ (IPR)
- ઇન્ડિયન સ્પેસ રિસર્ચ ઓર્ગેનાઇઝેશન (ISRO)
- નેશનલ હાઇ સ્પીડ રેલ કોર્પોરેશન (NHSRL)
- નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ઓક્યુપેશનલ હેલ્થ (NIOH)
- NHPC લિમિટેડ
- ઓઇલ ઈન્ડિયા લિમિટેડ
- ઓઇલ એન્ડ નેચરલ ગેસ કોર્પોરેશન (ONGC) (મહેસાણા, અમદાવાદ વગેરે)
- ઓફિસ ડાયરેક્ટર જનરલ ઓફ ઓડિટ (Central) ગુજરાત (Audit Bhavan)
- ઓફિસ પ્રિન્સિપલ એકાઉન્ટન્ટ જનરલ (Audit-I) એ.જી.એમ.
- ઓફિસ એકાઉન્ટન્ટ જનરલ (Audit-II) એ.જી.એમ.
- ફિઝિકલ રિસર્ચ લિમિટેડ (PRL)
- **રાજસ્થાન સરકાર આરોગ્ય યોજના (RGHS)**
- ભારતીય રિઝર્વ બેંક (RBI)
- સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા (SBI)
- વેસ્ટર્ન રેલ્વે
- **આયુષ્માન ભારત-પ્રધાન મંત્રી જન આરોગ્ય યોજના (PM-JAY)- માત્ર કેન્સર અને ડાયાલિસિસની સારવાર માટે**

Terms & Conditions Apply*

JCI (USA) NABL ACC

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-16 | Issue-175 | February 25, 2025

Marengo CIMS Hospital

HUMANE BY PRACTICE

મૈરિંગો સિમ્સ મલ્ટિ-સ્પેશ્યાલીટી નિષ્ણાત ડૉક્ટર દ્વારા ઓપીડી (ગુજરાત)

સુરત (સનસાઈન ગ્લોબલ હોસ્પિટલ, પીપલોદ)

(દર મહિનાના પહેલા શનિવારે)

- કાર્ડિયોથોરાસીક વાસ્ક્યુલર અને હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જન - **ડૉ ધવલ નાયક**

સમય : સવારે 10:00 થી બપોરે 1:00 વાગ્યા સુધી

ભૂજ (કે.કે. પટેલ સુપર સ્પેશ્યાલિટી હોસ્પિટલ)

- પેટના રોગોના નિષ્ણાંત - **ડૉ. નિલેશ ટોકે** **(દર ગુરુવારે)**
- ડાયાબિટીસ અને મેદસ્વિતાના નિષ્ણાંત - **ડૉ રિકિન શાહ** **(પહેલા અને ત્રીજા ગુરુવારે)**
- હિમેટો ઓન્કોલોજીસ્ટ અને બોન મેરો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ ફિઝીશીયન - **ડૉ કૌમિલ પટેલ** **(બીજા અને ચોથા ગુરુવારે)**
- કેન્સરના નિષ્ણાંત (રેડિયેશન ઓન્કોલોજીસ્ટ) - **ડૉ. મલ્હાર પટેલ, ડૉ. મૌલિક ભેંસદડિયા** **(બીજા અને ચોથા ગુરુવારે)**
- ફેફસાના રોગોના નિષ્ણાંત - **ડૉ અમિત પટેલ** **(બીજા શનિવારે)**
- એચપીબી સર્જરી અને લિવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેશન - **ડૉ વિકાસ પટેલ** **(ત્રીજા શનિવારે)**
- કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને મૂત્રમાર્ગના નિષ્ણાંત - **ડો. મયુર પાટિલ** **(ત્રીજા શનિવારે)**
- મગજના રોગોના નિષ્ણાંત - **ડો. કેવલ ચાંગડિયા** **(ચોથા બુધવારે)**
- કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર અને થોરાસીક સર્જન - **ડૉ અમિત ચંદન** **(ચોથા શનિવારે)**

સમય : સવારે 11:00 થી બપોરે 1:00 વાગ્યા સુધી

સુરેન્દ્રનગર (દર મહિનાના પહેલા રવિવારે)

- ન્યૂરો અને સ્પાઈન સર્જન - **ડૉ. યશોધર.સી. શાહ**

વિશાલ મલ્ટીસ્પેશ્યાલીટી હોસ્પિટલ - લીંબડી

સમય : બપોરે 12:00 થી 1:00 વાગ્યા સુધી

મહર્ષિ હોસ્પિટલ - સુરેન્દ્રનગર

સમય : બપોરે 1:30 થી 2:30 વાગ્યા સુધી

સીયુ શાહ મેડીકલ કોલેજ - સુરેન્દ્રનગર

સમય : બપોરે 3:00 થી 4:00 વાગ્યા સુધી

સી જે હોસ્પિટલ - સુરેન્દ્રનગર

સમય : બપોરે 4:00 થી 5:00 વાગ્યા સુધી

રાજકોટ (શ્રી ગિરીરાજ મલ્ટીસ્પેશ્યાલિટી હોસ્પિટલ)

(દર મહિનાના બીજા શનિવારે)

- કાર્ડિયોથોરાસીક વાસ્ક્યુલર અને હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જન - **ડૉ નિકુંજ વ્યાસ**

સમય : સવારે 11:00 થી બપોરે 1:00 વાગ્યા સુધી

(દર મહિનાના ત્રીજા બુધવારે)

- લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને એચપીબી સર્જન - **ડૉ વિકાસ પટેલ**

સમય : સવારે 11:00 થી બપોરે 1:00 વાગ્યા સુધી

ઓપીડી વિશે વધુ જાણકારી અને અપોઈન્ટમેન્ટ માટે

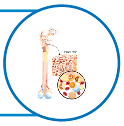
82380 95712

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ ક્ષેત્રે સમગ્ર ભારત માં અગ્રેસર

7 લંગ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ (ફેફસા)

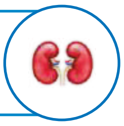
68 લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ

240+ બોર્ન મેરો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ



55 હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ (હૃદય)

132 કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ



Marengo CIMS Hospital

HUMANE BY PRACTICE

CIMS News Care & Cure Registered under RNI No. GUJBIL/2010/39100

Published 25th of every month

Registered under Postal Registration No. GAMC-1813/2023-2025 valid upto 31st December, 2025

issued by SSPO's Ahmedabad City Division, permitted to post at Ahmedabad PSO on 30th to 5th of every month

Licence to Post Without Prepayment No. PMG/NG/107/2023-2025 valid upto 31st December, 2025

If Undelivered Please Return to

Marengo CIMS Hospital

Nr. Shukan Mall, Off Science City Road,

Sola, Ahmedabad-380060.

Call : 1800 309 9999

Subscribe "CIMS News Care & Cure" : Get your "CIMS News Care & Cure", the information of the latest medical updates only ₹ 60/- for one year. To subscribe pay ₹ 60/- in cash or cheque/DD at CIMS Hospital Pvt. Ltd. Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060. Phone : +91-79-4805 2823. Cheque/DD should be in the name of : **"CIMS Hospital Pvt. Ltd."**
Please provide your **complete postal address with pincode, phone, mobile and email id** along with your subscription

લોકોમાં હેલ્થ વિશેની જાગૃતતા લાવવા માટે મેરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા નિ:શુલ્ક મેડીકલ કેમ્પ તથા હેલ્થ એવરેનેસ સેમીનાર કરવામાં આવે છે. જેમાં વિશેષજ્ઞ ડૉક્ટર દ્વારા તપાસ કરવામાં આવે છે.

શું તમે તમારી સોસાયટી કે શહેરમાં
નિ:શુલ્ક કેમ્પ કે હેલ્થ એવરેનેસ સેમીનાર કરવા માંગો છો ?
ફોન કરો કેતન આચાર્ય +91 98251 08257

Printed, Published and Edited by Preeta Chag on behalf of the CIMS Hospital
Printed at Shakti Offset, A-62, Pushraj Industrial Estate, Nutan Mill Road, Behind - Adani CNG Station, Saraspur, Ahmedabad - 380 018
Published from CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.