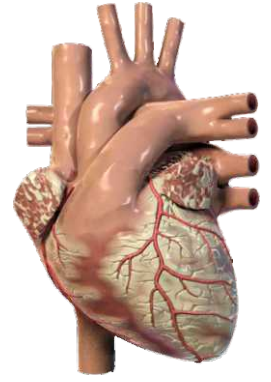


हृदय और धड़कन



वर्ष-1, अंक-12, दिसम्बर 20, 2010

 **CIMS**

Care Institute of Medical Sciences

Price Rs. 5/-

महेमान संपादक :
डॉ. केयूर परीख

कार्डियोलॉजिस्ट
डॉ. हेमांग बक्षी
(M) +91-98250 30111

डॉ. अनिश चंदारणा
(M) +91-98250 96922

डॉ. अजय नाईक
(M) +91-98250 82666

डॉ. सत्य गुप्ता
(M) +91-99250 45780

डॉ. गुणवंत पटेल
(M) +91-98240 61266

डॉ. केयूर परीख
(M) +91-98250 26999

डॉ. मिलन चग
(M) +91-98240 22107

डॉ. उमिल शाह
(M) +91-98250 66939

डॉ. जोयल शाह
(M) +91-98253 19645

डॉ. रवि सिंघवी
(M) +91-98251 43975

कार्डियक सर्जन
डॉ. धरिन शाह
(M) +91-98255 75933

डॉ. धवल नायक
(M) +91-90991 11133

कार्डियक एनेस्थेसिस्ट
डॉ. निरेन भावसार
(M) +91-98795 71917

डॉ. हिरेन धोलकिया
(M) +91-95863 75818

पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजी
डॉ. कश्यप शेट
(M) +91-99246 12288

डॉ. मिलन चग
(M) +91-98240 22107

निओनेटल कार्डियक और
क्रिटिकल कैरर विशेषज्ञ
डॉ. अमित चितलीया
(M) +91-90999 87400

मेरे मित्रो, भाइयों व बहनों,

हमें सीम्स अस्पताल अहमदाबाद शहर में शुरु करने का गर्व है। सीम्स एक मल्टि सुपरस्पेशियलिटी अस्पताल है जो आधुनिक टेक्नोलोजी के साधन के उपयोग से असरकारक और सुरक्षित व्यवस्था उपलब्ध करायेगी। हमारा ध्येय उच्च और सर्वोत्तम चिकित्सा प्रदान करना है।

हृदय और धड़कन के इस अंकमें मोटापा (ओबेसिटी) के बारे में बताया है। मोटापा आज-कल सामान्य हो गया है जो शरीर को ख़ुब हानि पहुंचा सकता है। हृदय की बीमारी हायपरटेंशन, डायबिटीज, श्वास की तकलीफ एवं आदि मोटापे की बजह से हो सकता है।



- डॉ. केयूर परीख

मोटापा (ओबेसिटी)

शरीर में अत्यधिक मात्रा में चर्बी होती है, तो इस स्थिति को मोटापा कहते हैं। इस के तीन प्रकार होते हैं।

हल्का मोटापा : सामान्य वजन से २० से ४० प्रतिशत अधिक वजन

मध्य मोटापा : सामान्य वजन से ४० से १०० प्रतिशत अधिक वजन

अत्यधिक मोटापा : सामान्य वजन से १०० प्रतिशत से अधिक वजन

शरीर के आदर्श वजन का आधार लम्बाई, शरीर का कद, माप और जाति पर आधारित है। आदर्श वजन का चार्ट बनाया गया है।

मोटापा और उच्च रक्त चाप

मोटे लोगों का रक्त चाप उंचा रहता है। उच्च रक्त चाप से हृदय के कार्य पर जोड़ पड़ता है। अत्यधिक दबाव के कारण हृदय की मांसपेशिया मोटी हो जाती है। इस कारण हृदय के सिकुड़ने के कार्य पर विपरीत असर होता है और हृदय का सामान्य काम-काज ठीक से नहीं होता। उच्च रक्त चाप के कारण हृदय पर पड़ने वाले अत्यधिक दबाव को वजन घटाकर सुधारा जा सकता है। साथ ही कई बार दवाई की जरूरत भी पड़ती है।

मोटापा और डायबिटीज

मोटापे के कारण डायबिटीज होने की संभावना बढ़ जाती है और डायबिटीज से हृदय रोग और उच्च रक्त चाप की संभावना बढ़ जाती है।

मोटापा और हृदय के रोग

जिस प्रकार शरीर का वजन बढ़ता है शरीर में रक्त संचार की मात्रा भी बढ़ जाती है। अत्यधिक वजन के कारण आराम के समय भी हृदय को काम करना मुश्किल पड़ता है। हृदय के (वेन्ट्रिकल्स) खींचकर चौड़े हो जाते हैं।

मोटापे के कारण अन्य तकलीफें

बहुत से मोटे लोगों को श्वास की तकलीफ होती है - विशेष रूप से जब वे सीधा सोते हैं। मोटे पेट के कारण डायफ्राम (पेट और छाती के बाच वाले स्नायु) के काम में रुकावट आ जाती है।

क्या मोटापे के कारण दिल का दौरा पड़ सकता है?

मोटापा कोरोनरी हृदयरोग के साथ से संबंधित एक खूब खतरनाक तत्व है। मोटापे के कारण दिल का दौरा पड़ सकता है।

वजन बढ़ने के कारण

- वंशानुगत कारण।
- भोजन की आदतें।
- शारीरिक श्रम।
- एन्डोक्राइन (हॉर्मोन्स) फेक्टर।
- चोट।
- समृद्धि
- बुरी आदते



अधिक वजन नापने के मापदंड

- उंचाई के अनुरूप शरीर का वजन
- बोडी मास इंडेक्स (बी.एम.आइ)
- कमर से कूल्हों का रेशियो ।
- डेन्सिटी मेथड ।
- बोडी कंपोजिशन एनालिसिस

नोट : प्रत्येक व्यक्ति का शरीर उसका मेटाबोलिज्म, खाने - पीने की आदतें। शारीरिक परिश्रम और खाने की पसंद अलग-अलग होती है । इसलिए प्रत्येक व्यक्ति के डाइट प्लान भी अलग-अलग होते हैं । आप वजन कम करने के लिए अपने डॉक्टर या डायटिशियन की सलाह ले सकते हैं, जिससे किसी प्रकार की कमजोरी महसूस नहीं हो । इस प्रकार आप बहुत वजन कम कर सकते हैं और एक स्वस्थ जीवन जी सकते हैं ।

इस आहार के बजाए	यह आहार पसंद करो
■ दूध	मलाई बिना का दूध
■ पालक पनीर	उबली सब्जियां
■ फ्रूटसलाद (शक्कर वाला)	पूरा फल छिलके के साथ
■ फ्रेंच टोस्ट	वेजिटेबल सेण्डविच
■ ऑमलेट	उबला अंडा
■ लस्सी	पतली छाछ
■ केक	सादी ब्रेड
■ गाजर का हलवा	गाजर का सलाद
■ आइस्क्रीम	फलों का रायता
■ बटर नान	सादी नान
■ डोसा	इडली

मोटापा किस प्रकार कम किया जाय

वजन घटाने के लिए खाने में आप कितनी मात्रा में और किस प्रकार का खाना खाते हैं, इस बात को नियंत्रण में रखने को समावेश होता है । अर्थात् कम कैलरी वाला भोजन खाना और चरबीवाले अथवा ज्यादा कैलरी वाले भोजन को टालना चाहिए ।

वजन घटाने के लिए आदतों में बदलाव बहुत जरूरी है, जिसमें निम्न बातों का समावेश होता है

- आपको स्वयं के स्वास्थ्य की समझ
- पौष्टिक भोजन की आदतें
- अपने बनाए हुए कार्यक्रम का अनुसरण करने पर ईनाम की योजना
- रोजाना के शारीरिक श्रम में बढ़ोतरी

वजन कम करने के लिए भोजन में पूर्ण पोषण उपलब्ध करना, अलग अलग प्रकार का अच्छा भोजन लेना और कैलरी में कमी करना बहुत जरूरी है । यह काम चरबी की मात्रा को नियंत्रित करने से (खास तौर से एक ही प्रकार की चरबी का भोजन में उपयोग कम करने से) होता है । गर्भवती महिलाओं को वजन कम करने का प्रयत्न नहीं करना चाहिए ।

वजन कम करने का सबसे असरदार उपाय है खाने में परिवर्तन करना एवं शारीरिक परिश्रम की ऐसी आदतें जो बाकी की जिंदगी में निभाई जा सके, उनको अपने जीवन में समावेश करना । अच्छे से अच्छा भोजन जो आपका वजन धीरे-धीरे पर समान रूप से कम करे, एवं जिससे आपको आपका वजन कम करने का लक्ष्य प्राप्त हो वही भोजन उचित है । आपके स्वास्थ्य सलाहकार से वजन घटाने का सुरक्षित, स्वस्थ तथा असरकारक कार्यक्रम पूछें ।

वजन कम करने के लिए आहार का चुनाव

आहार के लिए एक डायरी रखें । आप जो कुछ भी खाएँ अथवा पिए वह उसमें लिख लें । इसके लिए जब मैं रखने वाली छोटी डायरी काफी मददगार साबित होगी । आप जो कुछ भी खाएँ और पिए, डायरी आपके खाने की आदतें और भोजन शैली की जानकारी देने में मदद करेगी ।



वजन को स्वस्थ तरीके से कम करने के लिए निम्नलिखित नियमों का पालन करे -

- असीमित सब्जी व सलाद का महत्तम उपयोग करें
- अगर आप माँसाहारी है तो निम्न आहार उपयुक्त रहेगा सिका हुआ और उबला हुआ मीट, मछली और मुर्गी
- तैयार किया हुआ सलाद जिसमें तेल का बिल्कुल उपयोग नहीं हुआ हो हररोज, पर सीमित मात्रा में उपयोग करे
- कम चरबी (फेट) व बिना मलाई का दूध, पनीर और दही
- दालें (मसूर की दाल, मटर, मकई के दाने)
- कच्चे फल

निम्नलिखित वस्तुओं का उपयोग कम से कम करें

शुद्ध कार्बोहाइड्रेट (शक्कर, शक्कर उपयोग में लिए गए पदार्थ, शुद्ध अनाज की उपज, यानि कि सफेद चावल, सफेद आटा, मैदा इत्यादि ।) इसके अलावा ऐसे कई कारण हैं जो हृदयरोग के लिए खतरनाक कारण बन सकते हैं ।



निम्न वस्तुओं का उपयोग टालना

- बराबर फैंटी हुई चरबी जैसे मक्खन
- मार्जरिन और मॉस पर चढ़ी हुई चरबी
- मिठाई, केक, चीज
- तले हुए व्यंजन
- प्रोसेस्ड किया हुआ मांस

कैलरी कैसे गिने ?

कैलरी भोजन में से मिलती उर्जा का मूल्य बताने वाला नाप है। आपका शरीर शारीरिक कार्यों को करने के लिए कैलरी का उपयोग करता है। प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट व चरबी वाली खुराक में से कैलरी मिलती है। वजन कम करने के लिए आप जिस भोजन को खाते हैं उसमें से पोषक तत्वों को कम किए बिना कैलरी की मात्रा कम करें, और शारीरिक श्रम बढ़ा कर कैलरी नष्ट करना शुरू करें।

प्रतिदिन ५०० कैलरी कम खाने से एक सप्ताह में १ पौंड वजन कम होता है। एक सप्ताह में एक अथवा डेढ़ पौंड (अधिक से अधिक २ पौंड) वजन घटाया जा सकता है। अगर इससे अधिक वजन घटाना शुरू किया तो चरबी की बजाए स्नायु घटने शुरू हो जाएंगे, जो हानिकारक है।

अधिकतर आहार विशेषज्ञ वजन कम करने के लिए प्रतिदिन स्त्रियों के लिए १२०० से १५०० कैलरी व पुरुषों के लिए १५०० कैलरी लेने की सलाह देते हैं। आपको एक दिन में कितनी कैलरी की आवश्यकता है, इसके लिए अपने स्वास्थ्य सलाहकार अथवा अपने आहार विशेषज्ञ की सलाह लें।



आप जिस मात्रा में वजन घटाते हैं यह आपके शरीर के मेटाबोलिज्म की मात्रा पर निर्भर करता है। यह मात्रा आपके शरीर की प्राथमिक शारीरिक क्रियाओं के लिए आहार द्वारा उपयोग में ली जाने वाली शक्ति के आधार पर निर्भर करती है। मेटाबोलिज्म शारीरिक क्रियाओं के द्वारा बढ़ाया जा सकता है।

वजन कम करने वाले आहार लेने के प्रारम्भ में शीघ्रता से वजन कम होना शुरू होता है, क्योंकि यह शरीर में एकत्रित अतिरिक्त पानी को अलग करता है।

आप जब भोजन कर रहें हो तब आराम से बैठ कर खाएं। फोन व टीवी

जैसे अस्वस्थ करने वाले उपकरणों का उपयोग टालें। भोजन संपूर्ण चबाकर खाने से पाचन क्रिया में मदद मिलती है।

दिन में तीन बार संपूर्ण भोजन करने से अच्छा है छोटे-छोटे आहार अनेक बार लेना। आपको हर ४ से ५ घंटे के अन्तर से भोजन करना चाहिए, यह रक्त में शक्कर की मात्रा को नियंत्रण में रखता है, और भूखा रहने के अहसास में मदद करता है। भोजन मिठाई के स्थान पर एक फल के टुकड़े से समाप्त करें।

नाप के लिए गये भोजन में भी कम से कम मात्रा में आहार लेना चाहिए।

लोकप्रिय आहार

लोकप्रिय आहार कई बार खतरनाक हो सकते हैं, उन्हें कई समूहों में विभाजित किया जा सकता है।

- अधिक प्रोटीन वाले आहार
- निश्चित खुराक वाले आहार
- कैलरी-जागृति के व्यवसायिक कार्यक्रम

अधिक प्रोटीन वाले आहार में प्रारम्भ में शीघ्रता से वजन कम होता है। ऐसे आहार में अधिक प्रोटीन वाले भोजन की स्वीकृति दी जाती है। अल्प मात्रा में भी कार्बोहाइड्रेट युक्त पदार्थों का समावेश स्वीकार्य नहीं है।

अमेरिका की फेडरल ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन ने ऐसे आहारों को बताया है, जिनके कारण काफी गंभीर व तीव्र बीमारी फैलीं और हॉस्पिटल में भर्ती करने की जरूरत पड़ी। इसमें से कुछ आहार तो दस्त, रुग्णावस्था का एहसास, खूब पसीना, सिर में दर्द व गठिया जैसे रोगों का कारण बन सकते हैं।

कम कैलरी वाला आहार और पूर्ण व्रत (दिनभर में ५०० कैलोरी से कम खाना) सामान्यरूप से आत्मघाती है। यह डॉक्टर की देखरेख में ही होना चाहिए।

प्रोटीनरहित मोडिफाइड फास्टिंग

अपने आदर्श वजन से ३० से ४० प्रतिशत अधिक वजन वाले व्यक्तियों को प्रोटीन स्पेरिंग मोडिफाइड फास्टिंग पर रखा जाता है। इस आहार की सिफारिश करने से पहले आपका स्वास्थ्य सलाहकार आपकी कार्डियोवास्कुलर पद्धति का प्रमाण नापेगा। अगर आप इस आहार का पालन कर रहें हो तो आपको स्वास्थ्य सलाहकार के निरीक्षण में रहना लाभदायक है।



अब सीम्स में

सिर्फ 7 सेकन्डमें एन्जियोग्राफीके फोटो

विश्व के सबसे तेज एन्जियोग्राफी मशीन
(फिलिप्स एक्सपर टेक्नोलोजी)

अब सिर्फ सीम्स में ही उपलब्ध है । इस मशीन में
सिर्फ 7 सेकन्डमें एन्जियोग्राफी के फोटो निकलते है ।

आज के तीव्र समयमें मरीज के लिये यह सुविधा उपलब्ध है



CIMS
Care Institute of Medical Sciences



The Heart Care Clinic
Clinical Care Consultants

अगर आपको इनमे से कोई एक लागू होता है तो
आपको कार्डियाक चेक-अप करवाना आवश्यक है

- अगर आपके परिवारमें किसी को हृदयरोग हो
- अगर आप स्थूल काय जीवन जीते हो - शारीरिक श्रम या कसरत न कर सकते हो
- अगर आपका वजन ज्यादा हो
- अगर आप तनावग्रस्त जिंदगी जी रहे हो
- अगर आप धूम्रपान करते हो या तम्बाकु/मदिरा का सेवन करते हो
- अगर आप अधिक तेल-चरबी वाला भोजन लेते हो
- अगर आपको हाइ ब्लड प्रेशर हो
- अगर आपको डायबिटीस हो

तो आपको कार्डियोग्राम, इकोकार्डियोग्राफी, स्ट्रेस टेस्ट और
कुछ रक्तकी जांच करवानी आवश्यक है ।

सीम्स - द हार्ट केयर क्लिनिक के श्रेष्ठ चिकित्सक की टीम द्वारा
यह सब टेस्ट आधुनिक साधनके द्वारा किये जायेंगे ।

CIMS
Care Institute of Medical Sciences



The Heart Care Clinic
Clinical Care Consultants

सीम्स अस्पताल : शुक्न मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060.

फोन : +91-79-2771 2771-75 (5 नंबरस) फेक्स : +91-79-2771 2770

मोबाईल : +91-98250 66664, 98250 66668

क्या आपका वजन
आदर्श वजन से ज्यादा है ?

तो आपको हाइ ब्लड प्रेशर,
डायबिटीस, पिताशय का दर्द,
जोड़ो का घिसना, लकवा,
केन्सर आदि
अनेक बीमारीया होने की
संभावना है



सीम्स और द हार्ट केयर क्लिनिक का
डॉक्टर-रिहेबीलीटेशन डिपार्टमेंट
आपके लिए पेश कर रहे है

अनुभवी चिकित्सक और कुशल
डॉयंटीशियन द्वारा संचालित

डॉयंट-एक्सरसाइज प्रोग्राम

(स्वादिष्ट, स्वास्थ्य वर्धक

भोजन बनाना कठिन नहीं है)

CIMS
Care Institute of Medical Sciences



The Heart Care Clinic
Clinical Care Consultants

सीम्स अस्पताल : शुक्न मॉल के पास, ऑफ सायन्स
सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060.



केर इन्स्टिट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज का शुभ उद्घाटन समारोह (रविवार, नवम्बर 21, 2010) की एक झलक



पहली लाइनमें (दायें से बायें) : डॉ. निरेन भावसार, डॉ. धीरेन शाह, डॉ. मिलन चग, डॉ. केयूर परीख,
डॉ. हिरेन धोलकिया, डॉ. धवल नायक, डॉ. अमित चितलीया
दूसरी लाइनमें (दायें से बायें) : डॉ. अजय नाईक, डॉ. सत्य गुप्ता, डॉ. उर्मिल शाह, डॉ. हेमांग बक्षी,
डॉ. अनिश चंदाराणा, डॉ. गुणवंत पटेल, डॉ. कश्यप शेट



सीम्स अस्पतालमें दीप प्रागट्य करते हुए
दायें से श्री असित वोरा और
बायें से श्री जय नारायण व्यास

सीम्स अस्पतालमें वृक्षारोपण करते हुए
दायें से श्री असित वोरा और
बायें से श्री जय नारायण व्यास



श्री जय नारायण व्यास



श्री असित वोरा



पत्रकारों को संबोधित करते हुए
मंत्री श्री जयनारायण व्यास



सीम्स अस्पताल के उद्घाटन समारोहमें उपस्थित हुए महमान



CIMS-3C-CON

2011

Education For Innovation
in collaboration with

**4th World Congress International
Academy of Cardiovascular Sciences**

February 4-6, 2011
Tagore Hall, Ahmedabad



February 1-3, 2011
The Maharaja Sayajirao
University of Baroda, Vadodara

Organized by



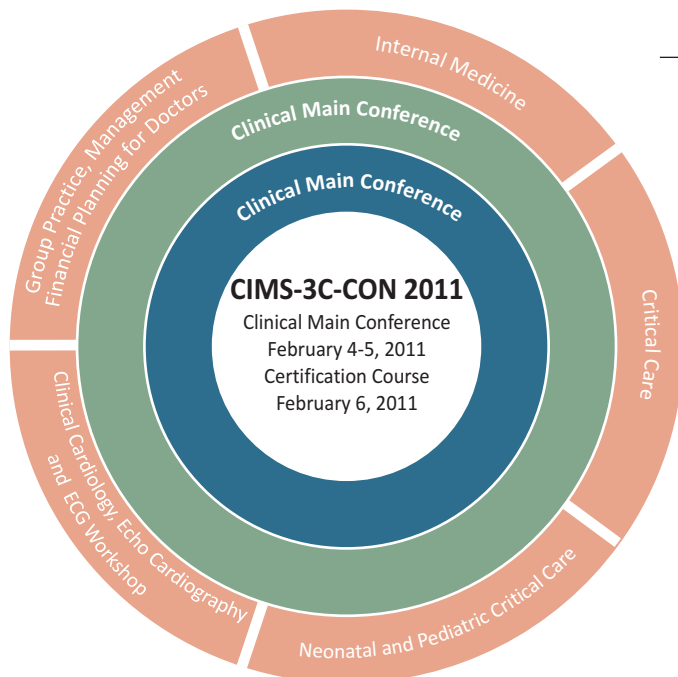
The Heart Care Clinic
Clinical Care Consultants



(IACS) International Academy of
Cardiovascular Sciences



(ISHR) International Society
for Heart Research



**Largest ever
International faculty in
history of Indian conferences**

National & International Faculties

Dr. Nilesh Balar, MD	USA	Dr. Dhaval Naik, MS, DNB	India
Dr. Mark Bates, MD, FACC, FSCAI	USA	Dr. Anuja Nair, PhD	USA
Dr. Hemang Baxi, MD, DM	India	Dr. Aravinda Nanjundappa, MD, FACC, FSCAI, RVT	USA
Dr. Rafael Bayer MD,DSc	Israel	Prof. Petr Ostadal, MD, PhD, FESC	Czech Republic
Dr. Niren Bhavsar, MD	India	Dr. Steven Overman, MD, MPH, FACR	USA
Dr. Milan Chag, MD, DM, DNB	India	Dr. Kamlesh Pandya, MD	USA
Dr. Anish Chandarana, MD, DM	India	Dr. Keyur Parikh, MD (USA), FCSI, FACC, FESC, FSCAI	India
Dr. Amit Chitaliya, M.B.D.Ped, FPCCC(DHZB - Germany)	India	Mr. Kirti Patel	UK
Prof. J. B. Dahm, MD	Germany	Dr. Grant Pierce, PhD, FACC, FAHA, FISHR, FAPS, FIACS	Canada
Dr. Rajesh Dave, MD, FACC, FSCAI	USA	Prof. Martin Rothman	USA/UK
Prof. Naranjan S Dhalla, MD, CM, DSC, FRSC, PhD	Canada	Dr. Dhiren Shah, MS, MCh	India
Dr. Hiren Dholakia, MD, PDCC	India	Dr. Gaurang Shah, MD	USA
Prof. Anthony Gershlick, H. B. Sc., MBBS, FRCP	UK	Dr. Joyal Shah, MD	India
Dr. Satya Gupta, MD, DM, FIC (France)	India	Dr. Urmil Shah, MD, DM	India
Dr. Omar Hallak, MD	Dubai	Dr. Ravi Singhvie, MD, DNB	India
Dr. Ashit Jain, MD	USA	Dr. Kashyap Sheth, D Ped., MD, DNB (Ped), FNB (Ped)	India
Dr. Frank Van Leeuwen, MD	Netherlands	Dr. Yaga Szlachcic, MD	USA
Prof. Chaim Lotan, MD, FACC, FESC	Israel	Dr. Paramjit Tappia, PhD	Canada
Dr. Nilanjana Maulik, Ph.D, FAHA, FACN, FICA	USA	Prof. Jin Ouchi, M.D. Ph.D	USA
Prof. Jawahar L. Mehta, MD, PhD	USA	Prof. William Wijns, MD, FESC	Belgium
Dr. Paulette Mehta, MD	USA	Prof. Sir Magdi Yacoub FRCS (Eng),	UK
Prof. Daria Mochly-Rosen, Ph.D.	USA	FRCS (Ed), FRCS (Glas), MRCS, LRCP (Lond)	
Dr. Ajay Naik, MD, DM, DNB, FACC, FHRS	India		



CIMS-3C-CON 2011 Registration Form

Cheque or DD's to be made A/C payee and in the name of 'CIMS Hospital Pvt. Ltd.'

Kindly mail the registration form along with the cheque/DD to our office.

All Cash Payment are to be made at 'CIMS Hospital, Ahmedabad' only.

₹ 3500/- for CIMS-3C-CON 2011 Clinical Main Conference

₹ 1500/- for Certification Course*

Internal Medicine

Clinical Cardiology, Echo Cardiography & ECG Workshop

Critical Care

Management & Financial Leadership in Health

Neonatal and Pediatric Critical Care

Full Name

Qualification

Resi. Address

City Pin Code

Phone (STD code) Mobile

Email

Payment Details : (Please note behind the cheque the chosen certification course)

₹ ₹ in word :

DD/Cheque No. Date Bank :

**If you want hotel accommodation? Yes No

(The accommodation package is priced at ₹ 3,000/- for 2 nights with twin sharing & ₹ 4500/- for 3 nights)

Signature

* Choose any one certification course

** Hotel Accommodation is optional. If you have applied for accommodation, please send a separate deposit cheque of ₹ 3000 to cover the cost of your stay for two nights (Additional ₹ 1500/- night). Students also need to pay for Hotel Accommodation at the same rate.

Due to limited seating in various venues, register early to avoid disappointment.



CIMS

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines)

Care Institute of Medical Sciences

Mobile : +91-98250 66664, +91-98250 66668



"Hriday Aur Dhadkan" Registered under RNI No. GUJHIN/2009/28021

Permitted to post at MBC, Navrangpura, Ahmedabad-380009 on the 27th of every month under Postal Registration No. GAMC-1730/2010-2012 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2012

If undelivered Please Return to :

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall,

Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines)

Fax: +91-79-2771 2770

Mobile : +91-98250 66664, 98250 66668

CIMS state-of-the-art Dentistry

Emergency dentistry services available 24 x 7

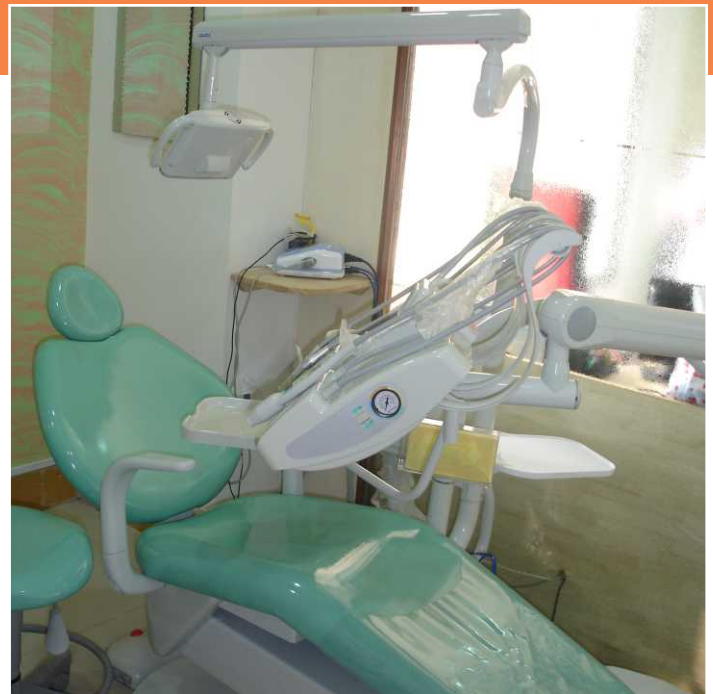
- ◆ Preventive Dentistry
- ◆ Periodontics
- ◆ Orthodontics
- ◆ Maxillofacial surgery
- ◆ Endodontics
- ◆ Pedodontics
- ◆ Implants and Cosmetic Dentistry
- ◆ Prosthodontics

3 state-of-the-art dental chairs

Digital X-ray facility

Intraoral camera, bleaching light

Facility for dental implants



For treatment and coordination, contact :
Dr. Parvin Chandarana (M) +91-98256 46233

 **CIMS**
Care Institute of Medical Sciences

CIMS Hospital : Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines) Fax: +91-79-2771 2770

Mobile : +91-98250 66664, 98250 66668. For appointment email on opd.rec@cims.me

email : info@cims.me web : www.cims.me

मुद्रक, प्रकाशक और संपादक डॉ. हेमांग बक्षीने सीम्स अस्पताल की और से हरिओम प्रिन्टरी, 15/1, नागोरी एस्टेट, ई.एस.आई डिस्पेन्सरी, दुधेश्वर रोड, अहमदाबाद-380004 से मुद्रित किया और सीम्स अस्पताल, शुकन मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060 से प्रकाशित किया।