हृदय और धड़कन

वर्ष-6, अंक-67, जूलाई 20, 2015

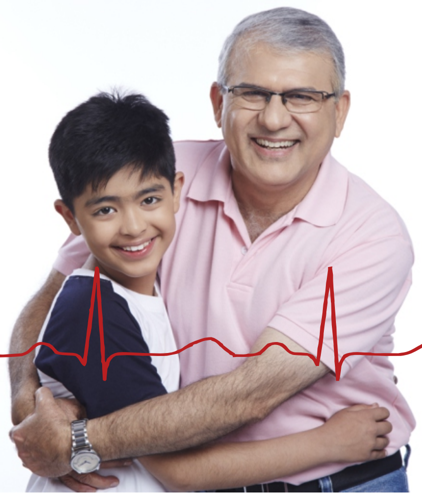
CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

Price Rs. 5/-

कार्डियोलॉजिस्ट	
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. सत्य गुप्ता	+91-99250 45780
डॉ. विनीत सांख्ला	+91-99250 15056
डॉ. विपुल कपूर	+91-98240 99848
डॉ. जयराम प्रजापति	+91-82386 44222
डॉ. तेजस वी. पटेल	+91-89403 05130
डॉ. गुणवंत पटेल	+91-98240 61266
डॉ. केयूर परीख	+91-98250 66664
डॉ. मिलन चग	+91-98240 22107
डॉ. उर्मिल शाह	+91-98250 66939
डॉ. हेमांग बक्षी	+91-98250 30111
डॉ. अनिश चंदाराणा	+91-98250 96922
कार्डियक सर्जन	
डॉ. धवल नायक	+91-90991 11133
डॉ. मनन देसाई	+91-96385 96669
डॉ. धीरेन शाह	+91-98255 75933
पिडियाट्रिक और स्ट्रकचरल हार्ट सर्जन	
डॉ. शौनक शाह	+91-98250 44502
कार्डियोवास्क्युलर, थोरासीक और थोराकोस्कोपीक सर्जन	
डॉ. प्रणव मोदी	+91-99240 84700
कार्डियक एनेस्थेटिस्ट	
डॉ. हिरेन धोलकिया	+91-95863 75818
डॉ. चिंतन शेठ	+91-91732 04454
डॉ. निरेन भावसार	+91-98795 71917
पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजीस्ट	
डॉ. कश्यप शेठ	+91-99246 12288
डॉ.दिव्येश सादडीवाला	+91-82383 39980
डॉ. मिलन चग	+91-98240 22107
निओनेटोलोजीस्ट और पीडियाट्रीक इन्टेन्सीवीस्ट	
डॉ. अमित चितलीया	+91-90999 87400
कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलोजीस्ट	
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. विनीत सांख्ला	+91-99250 15056

CIMS STEMI
सीम्स स्टेमी

ek call jo zindagi bachaye
✆ 08141012222



हृदयाघात से बचने के लिए मार्गदर्शन

CIMS NABH NABL

International Centers of Excellence 2014–2015

Participant to American College of Cardiology Certified NCDR CATH PCI registry

www.indianheart.com

हृदय और धड़कन
वर्ष-6, अंक-67, जुलाई 20, 2015

सीम्स स्टेमी कार्यक्रम

कुछ अध्ययनों में दर्शाया गया है, 'हृदय रोग से पीड़ित करीब ५० प्रतिशत मरीज समय पर अस्पताल नहीं पहुँच पाने के कारण दम तोड़ देते हैं।'

चित्र : सीने में दर्द

ऐसे प्रश्न, जिनके चित्र में उत्तर नहीं हैं

१. क्या यह दिल का दौरा है?

२. किससे सम्पर्क करेंगे?

३. कहाँ उपचार पाएँगे?

४. क्या उपचार होगा?

५. कितनी तेजी से उपचार मिलेगा?

६. क्या मेरी स्थिति में सुधार होगा?

सीम्स स्टेमी प्रोग्राम का यह उद्देश्य है

१) हृदय रोग होने की परिस्थितियों में विशेष रूप से कैसे कदम उठाए जाने चाहिए? इस बारे में सबको जानकारी देना व शिक्षित करना।

२) स्थानीय स्टेमी मरीजों को समय रहते जीवन रक्षक उपचार देना तथा अस्पताल/डॉक्टर से सम्पर्क करना।

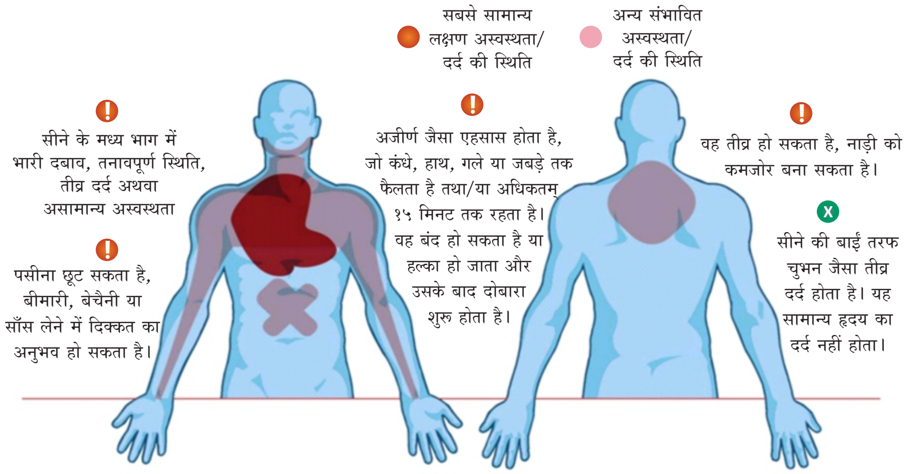
३) एसटी-सैगमेंट एलिवेशन मायोकार्डियल इन्फ्राक्शन (एसटीईएमआई-हृदयाघात) और आउट ऑफ हॉस्पिटल कार्डियाक ॲरेस्ट के साथ मरीजों की स्वास्थ्योन्मुखी सुश्रुषा के लिए आदर्श सिस्टम को प्रोत्साहन देना।

४) हृदय रोगियों की मृत्यु के मामले करना व रोग की स्थिति में सुधार तथा निरंतर सुश्रुषा के जरिए उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना।

५) प्रमाणित वैश्विक मानदंड स्वीकार कर सबके लिए चिकित्सकीय सुश्रुषा की स्थिति में सुधार लाना तथा सामाजिक स्वास्थ्य संवर्धन के प्रति जागृति एवं उन्नति में ट्रस्टीशिप का निदर्शन करना।

दिल के दौरे से बचने के लिए हर संभव तेजी से उपलब्ध चिकित्सकीय सहायता कुंजीरुपी भूमिका निभाती है।
गोल्डन अवर – प्रथम ६० मिनट

हृदय रोग की चेतावनी देने वाले संकेत



महिलाओं में चेतावनी देने वाले संकेत

- अचानक कमजोरी की अनुभूति, साँस छोटी होने लगना, चक्कर/वॉमिटिंग होना, अपच, थकान, शरीर में दर्द होना या अस्वस्थता का एहसास होना (सीने में दर्द के बिना)
- असामान्य परिस्थिति का एहसास होना या पीठ, सीने, हाथ, गले या जबड़े के भागों में थोड़ी बेचैनी या प्रतिकूलता का एहसास होना।
- नींद में खलल पहुँचना
- चिंता

साइलेंट हृदयाघात

कुछ डाइबिटीज मरीजों सहित अमुक मरीजों को यदि दिल का दौरा पड़ता है, तो उन्हें उसका पता नहीं चलता। सामान्य परिस्थिति में उपचार मिलता नहीं है और रोग पकड़ में नहीं आता। कई लोग तो असामान्य लक्षणों को टाल दिया करते हैं।

हृदय और धड़कन
वर्ष-6, अंक-67, जुलाई 20, 2015

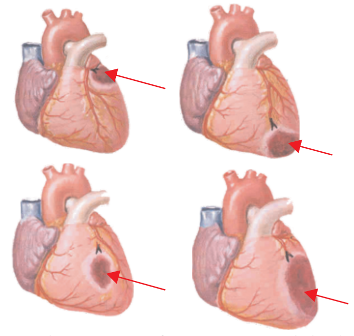
हृदयाघात किसे हो सकता है?

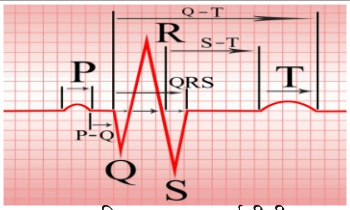
पुरुषों में आयु	४५ वर्ष या अधिक
महिलाओं में आयु	५५ वर्ष या अधिक या असमय रजोनिवृत्ति
हृदयाघात का पारिवारिक इतिहास	युवावस्था में सीएडी (कोरोनरी आर्टरी डिसीज)
तम्बाकू (धूम्रपान व तम्बाकू चबाना)	जरूरत से अधिक उपयोग, जोखिम बढ़ाता ह
रक्त का ऊँचा दबाव (उच्च रक्तचाप)	उपचार नहीं किए जाने वाले एचबीपी की लम्बी समयावधि जोखिम बढ़ाती है।
रक्त में कोलेस्टरोल की मात्रा	कुल कोलेस्टरोल १६० एमजी/डीएल, एचडीएल कोलेस्टरोल ४० एमजी/डीएल से कम, कोलेस्टरोल १०० एमजी/डीएल से अधिक
डाइबिटीज मरीज	लम्बे समय तक डाइबिटीज का उपचार नहीं लेने वालों में जोखिम अधिक रहता है।
प्री-मैच्योर सीएडी के पारिवारिक इतिहास की व्याख्या : ऐसे प्रथम पुरुष, निकटस्थ सम्बंधी (दादा, पिता या भाई), जिनकी ५५ वर्ष की आयु से पहले सीएडी के कारण मृत्यु हो गई हो या ऐसी प्रथम महिला, निकटस्थ सम्बंधी (दादी, माता या बहन), जिनकी ६५ वर्ष से पहले सीएडी के कारण मृत्यु हो गई है।	

दिल का दौरा एवं उसके प्रकार

हृदय के स्नायुओं को ऑक्सीजन की आपूर्ति करने वाली रक्तवाहिनियों (हृदय की धमनी) में चरबी (फैट) जमा होने के कारण वह फट जाता है, जिससे दिल का दौरा पड़ता है।

रक्तवाहिनी की चरबी के स्वरुप से रक्त की गाँठ बन जाती है। उसके कारण धमनी अवरुद्ध होती है। अवरुद्ध धमनी द्वारा हृदय के स्नायु को निश्चित प्रमाण में जो रक्तापूर्ति की जाती है, वह मृत हो जाती है, जिसे मायोकार्डियल इन्फ्राक्शन (एमआई) के रूप में जाना जाता है (आकृति १)।


आकृति १ : हृदय की अवरुद्ध रक्तवाहिनियाँ



आकृति २ : सामान्य ईसीजी

हृदय रोग के प्रकार

दिल के दौरे की गंभीरता के आधार पर उसे दो प्रकारों में बाँटा जाता है।

ए) **एसटीईएमआइ - STEMI (एसटी-सैगमेंट एलिवेशन मायोकार्डियल इन्फ्राक्शन):**

हृदय रोग के दौरे का यह अधिक गंभीर प्रकार है, जो लक्षण में फेरबदल द्वारा सामान्य तौर पर पहचाना जाता है और एसटी-सैगमेंट के ईसीजी-एलिवेशन पर निर्मित होता है (आकृति ३)।

नुकसान के कारण एलिवेटेड एसटी सैगमेंट हृदय स्नायु का प्रमाण बड़ा होता है (क्योंकि हृदय की धमनी पूर्णतः गाँठ बन जाती है)।

आकृति ३ : एसटीईएमआई ईसीजी

बी) **एनएसटीईएमआई-NSTEMI (नॉन-एसटी-सैगमेंट एलिवेशन मायोकार्डियल इन्फ्राक्शन):**

एसटी-सैगमेंट एलिवेशन रहित दिल के दौरे का यह हल्का स्वरुप है (आकृति ४)।

आकृति ४ : एनएसटीईएमआई ईसीजी

दिल का दौरा पड़ने पर क्या करें ?

- कार्य प्रवृत्ति बंद करें और सो जाएँ।
- सॉल्युशन एस्पिरिन की एक गोली लें, जो खून का पतला करने में मदद करती है और रक्त को जमने से रोकती है।
- नाइट्रोग्लिसरीन की गोली अपनी जीभ पर रखें।
- मदद व एम्बुलेंस के लिए कॉल करें (**डायल करें सीम्स स्टेमी** 08141012222).
- मरीज हो सके, उतना जल्दी से सीम्स जैसे संसाधनों से लैस अस्पताल पहुँचाने का लक्ष्य हो।

गोल्डन अवर – प्रथम ६० मिनट

- शोध दर्शाते हैं कि सीने में दर्द की तकलीफ शुरु होने के बाद पहले एक घण्टे में दिल के दौरे से अधिकांश मरीजों की मौत होती है, परंतु रक्तापूर्ति विहीन बने हृदय स्नायु को यदि जल्दी से खून पहुँचाया जाए, तो किसी भी प्रकार के नुकसान के बगैर परिस्थिति में पूर्ण सुधार लाया जा सकता है।
- अत्यंत महत्वपूर्ण प्रथम घण्टों में हृदय सम्बंधित हस्तक्षेप से हृदय के स्नायु व मरीज को मृत्यु से बचाया जा सकता है।
- कार्डियाक कैथेटेराइजेशन लैबोरेटरी से सज्ज अस्पताल में हृदय रोग के हमले का उपचार मिल जाए, तो उसके बाद जीवन की गुणवत्ता को अधिक बेहतर किया जा सकता है।

जीवन रक्षक उपचार के लिए प्रथम एक घण्टा स्वर्णिम है ।

अस्पताल में

- दिल के दौरे के मरीज़ को इंटेंसिव कोरोनरी केयर यूनिट (आईसीयू) में रखा जाता है ।
- लक्षणों या चिह्नों के इतिहास, शारीरिक जाँच, रक्त की जाँच तथा इलेक्ट्रॉकार्डियोग्राम द्वारा निदान की पुष्टि की जाती है।

- एक बार दिल के दौरे की पुष्टि हो जाने पर मरीज को सतत ईसीजी निगरानी में रखा जाता है।
- ऑक्सीन दिया जा सकता है। हालाँकि वह हमेशा उपलब्ध नहीं होता। एस्पिरीन जैसी दवाइयाँ खून पतला करने के लिए दी जा सकती हैं। इन्ट्रावेनस नाइट्रोग्लिसरीन इन्फ्यूजन शुरु किया जा सकता है। वह रक्त के भ्रमण को बढ़ाता है।
- जमते खून को पिघलाने के लिए स्ट्रेप्टोकिनस, यूरोकिनस या टीपीए (टिस्यू प्लास्मिनोजेन एक्टिवेटर) जैसी दवाइयाँ दी जा सकती हैं।
- सीरियल ईसीजी ट्रेसिंग्स इण्डीकेट द्वारा हृदय रोग को लेकर कितनी प्रगति हुई है, यह जाना जाता है।
- ट्रोपोनिन या केपीके एन्जिम जैसे रक्त के परीक्षण हृदय रोग के निदान की पुष्टि देने में सहायक होते हैं।
- स्थिति के बारे में विचार करके तथा तमाम विकल्पों के जरिए आगे के इलाज के बारे में निर्णय किए जाते हैं।

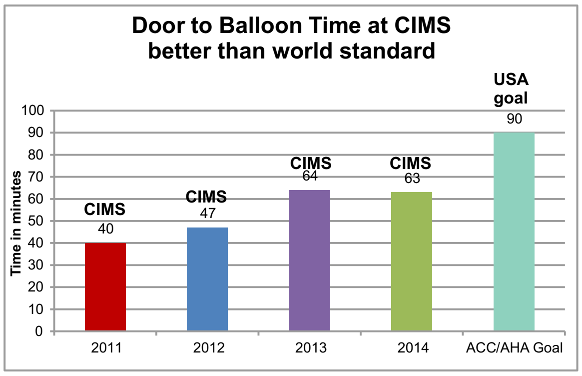
स्टेमी में अवरोध (ब्लॉकेज) का उपचार कैसे होता है?

हृदय की अवरुद्ध धमनी को खोलने के लिए दो सामान्य पद्धतियाँ हैं :

ए) **थ्रोम्बोलिटिक थेरापी :** निरंतर दवाइयाँ देकर अवरुद्ध धमनी में जमे रक्त को तेजी से पिघलाया जाता है। जल्दी से दवाई देने से सफलता मिलने की संभावना बेहतर रहती है। पहले तीन घण्टे में ही श्रेष्ठ परिणाम पाए जाते हैं। रक्तस्राव थ्रोम्बोलिटिक थेरापी का साइड इफेक्ट है।

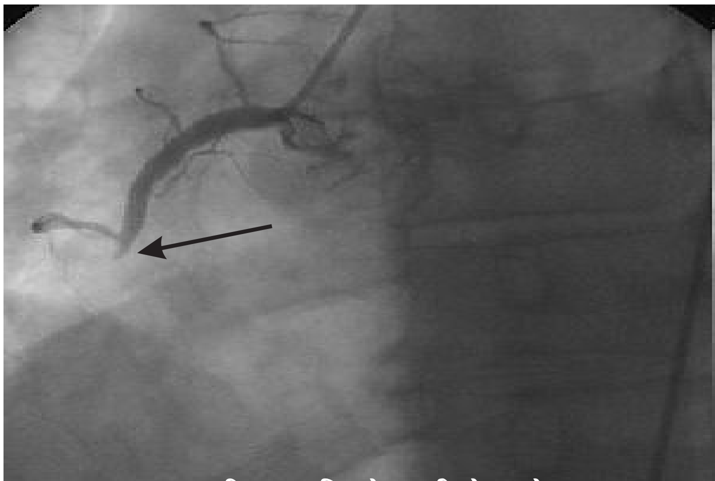
बी) **स्टेंटिंग के साथ एन्जियोप्लास्टी :** हृदय की अवरुद्ध धमनी को खोलने में सटीक एमआई के दौरान यह थेरापी अधिक प्रभावी साबित होती है। स्टेमी मरीजों के लिए ९० मिनट (डोर टू बलून टाइम) में अमरीकी प्रैक्टिक मार्गदर्शिका इस उपचार (रिपर्फ्यूजन) की सिफारिश करती है। सीम्स में वैसे तो हमने औसत ५० मिनट के भीतर सिद्धि हासल की है।

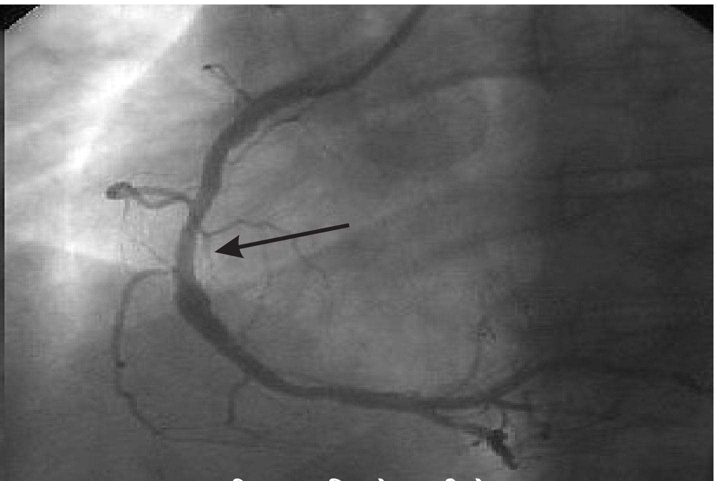
सी) **अन्य दवाइयाँ :** इसमें एस्पिरीन, हेपरीन, बेटाब्लॉकर्स, एसीई इनहैबिटर्स, स्टेटीन्स शामिल है।



डोर टु बलुन समय यानी मरीज़ को हृदयघात के बाद अस्पताल में प्रवेश समय से एन्जियोप्लास्टी करने का समय

Clot-busters : activase (t-PA), streptokinase, urokinase, anistreplase,tenecteplase


आकृति-१ : एन्जियोप्लास्टी से पहले


आकृति-२ : एन्जियोप्लास्टी के बाद

स्टेमी मरीज का उदाहरण : स्टेमी के मरीज के हृदय की इस फ्लुओरोस्कॉपी ईमेज में जो डार्क लाइन्स दिखाई देती हैं, वे खून से भरी धमनियों को दर्शाती हैं। आकृति-१ में ब्लॉकेज दर्शाए गए हैं, जो हृदय को आसानी से खून पहुँचाने में अवरोध डालता है। आकृति २ स्टेंट इमप्लांट के साथ मरीज का उपचार किया जाता है और दिल के भीतर रही मरीज की धमनियों की मार्फत खून मुक्त रुप से बह रहा है।

त्वरित कार्यवाही सबसे महत्वपूर्ण बात है

दल के दौरे के बाद अपने आपके बारे में तीन सच्चाइयाँ याद रखे

१. आपको कोरोनरी आर्टरी डिसीज (सीएडी) है, जो पुरानी, प्रगतिशील चिकित्सकीय स्थिति है।

२. आपके हृदय के स्नायु के कुछ हिस्से को नुकसान हुआ है और शेष सामान्य हृदय सुस्तता का वहन करने के लिए अतिरिक्त समय काम कर रहा है।

३. हृदय स्नायु पर के स्कार टिस्यु के कारण हार्ट ऐरेथमियास से अचानक मृत्यु होने का जोखिम है।

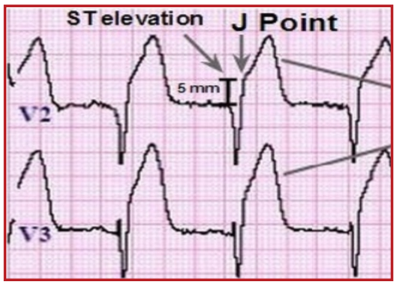
उपचार के लिए सीम्स स्टेमी प्रोग्राम समय बचाता है

मरीज़ को छीने में दर्द होता है

सही समय → < ५ मिनिट

फोन करे सीम्स स्टेमी
08141012222

१२ लीड इसीजीके
साथ निदान



स्टेमी निदान

एन्जियोप्लास्टीकी सुविधा के बिना अस्पताल
क्लोट बस्टर ड्रग्स (सफलता का आंक ३०-६० %)

अस्पताल स्थानातंरण →

एन्जियोप्लास्टीकी सुविधा के साथ अस्पताल
प्रायमरी एन्जियोप्लास्टी (सफलता का आंक ९५ %)

हृदयाघात में सुधार से जुड़े प्रश्न एवं उत्तर

हृदयाघात के बाद मुझे कितना लम्बे समय तक आराम करने की जरूरत है ?

हृदयाघात के बाद आराम करना बहुत जरूरी है, परंतु पुनर्सर्जन तथा सामाजिक प्रसंगों में आपका हिस्सा लेना तथा आपके दैनिक जीवन के तहत शारीरिक प्रवृत्तियाँ करना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। दिल के मरीज को यदि अधिक थकान महसूस होती है, तो पहले आराम करना चाहिए।

मैं काम पर फिर से कब जा सकता हूँ ?

अधिकांश हृदय रोगी दो सप्ताह से तीन महीने में काम पर लौट सकते हैं। यह बात हृदयाघात की गंभीरता पर आधारित है।

क्या मुझे दिल के दौरे के बाद भावनात्मक रूप से विक्षेप होने की अनुभूति होगी?

दिल के मरीज को व्यापक मात्रा में भावनाओं का एहसास होता है। ख़ासकर प्रसंग के बाद दो से छह महीने के लिए।

डिप्रेशन की स्थिति डर एवं गुस्सा सामान्य रहता है। इससे नींद में विक्षेप पड़ता है, आहार, स्वाभिमान या आत्महत्या के विचार प्रभाव डालते सकते हैं।

उदाहरण के तौर पर आपको हमेशा हल्के दर्द का एहसास होता है, आपको रोग पुनः होने से मृत्यु का निरंतर डर सताता है। वह समय बीतने के साथ स्थिति सामान्य बनती है।

दिल का दौरा पड़ने के बाद असंतोष आम बात है। हमेशा ऐसा समझने की कोशिश करें कि आपका परिवार और आपके मित्र आप जितने ही चिंतित हैं। आप अपने डॉक्टर व आपको समझ सकने वाले लोगों के साथ बात करते रहें।

सीपीआर में याद रहे,
इसके लिए विचारें
१. सीपीआर की दर : कम से कम १०० प्रति मिनट
२. कॉम्प्रेशन की गहराई : कम से कम २ इंच

दिल का दौरा पड़ने पर मेरे परिवार की भूमिका क्या रहती है?

आपकी स्वास्थ्य जरूरतों को लेकर आपका परिवार सहायक व संवेदनशील होना चाहिए। आकस्मिक स्थिति का संचालन करने को लेकर वह सलाहकारक व सुशिक्षित होना चाहिए तथा सीपीआर (कार्डियोप्लमनरी रेसुसिशन) जैसी तकनीक सीखी हुई होनी चाहिए।

हृदयाघात के बाद सीने में दर्द आम बात हो जाता है ?

प्रत्येक व्यक्ति को सीने में दर्द नहीं होता, परंतु यदि आपके सीने में दर्द होता हो, तो वह आपके सीने में सामान्य दर्द या दबाव होता है, जो तेजी से दूर होता है। वह सामान्यतः शारीरिक प्रयत्न, अधिक भावुकता एवं भारी आहार लेते वक्त या उसके बाद होता है।

कार्डियाक रिहेबिलिटेशन क्यों महत्वपूर्ण है ?

रिहेबिलिटेशन प्रोग्राम्स आपकी जीवनशैली की आदतों में फेरबदल करने में सहायक बनते हैं। ये कार्यक्रम रिहेबिलिटेशन टीम, नर्स, डायेटिशियन तथा स्वास्थ्य के प्रति सतर्क व्यवसायियों के साथ सीम्स अस्पताल में चलाए जाते हैं।

जीवनशैली में बदलाव क्यों महत्वपूर्ण है ?

हृदय रोग का दूसरा हमला, हृदय से जुड़ी बीमारी तथा आघात को रोकने के लिए अपनी जीवनशैली में परिवर्तन लाना बहुत ही जरूरी है। निवारण की एबीसी निम्नानुसार है :

- **तम्बाकू को टालें:** हृदय रोग के हमले के बाद यदि आप धूम्रपान करते हैं, तो हृदय रोग का दूसरा हमला होने की आशंका रहती है।
- **अधिक सक्रिय बनें:** नियमित व्यायाम से मानसिक एवं शारीरिक दबाव हल्का होगा, वजन पर नियंत्रण आएगा तथा रक्तचाप और कोलेस्ट्रोल के स्तर में कमी आएगी।
- **अच्छे पोषण को चुनें:** अच्छे पोषण से वजन को नियंत्रित करने, निम्न रक्तचाप तथा कोलेस्ट्रोल को नियंत्रित करने एवं आपके शरीर की स्थिति को तेजी से सुधारने में सहायता मिलेगी।

प्रिस्क्रिप्शन मेडिटेशन प्राप्त करते हों, तो दिल के स्वास्थ्य की जीवनशैली के लिए अत्यंत महत्व रखता है।

दिल के दौरे के बाद काम सुख की स्थिति रहती है ?

दिल के दौरे के बाद स्वास्थ्य की स्थिति में सुधार होने के बाद अधिकांश लोग अपनी जातिय प्रवृत्ति पहले की तरह बरकरार रख सकते हैं। आपके डॉक्टर के साथ बात करें। आपको यौन सुख के समय या उसके बाद दर्द की स्थिति में नाइट्रोग्लिसरीन की सिफारिश की जा सकती है।

चिकित्सकीय व्यवसायियों, परिवार तथा मित्रों की टीम के विश्वसनीय समर्थन से स्वास्थ्य में तेजी से सुधार होता है

हृदय और धड़कन
वर्ष-6, अंक-67, जुलाई 20, 2015

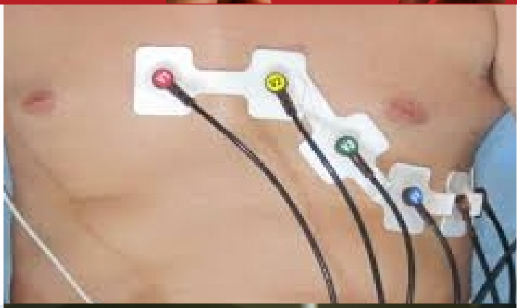
"Hriday Aur Dhadkan" Registered under RNI No. GUJHIN/2009/28021
Published 20th of every month
Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 1st to 7th of every month under
Postal Registration No. GAMC-1730/2013-2015 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2015

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

“हृदय और धड़कन” का अंक प्राप्त करने के लिये : अगर आपको “हृदय और धड़कन” का अंक चाहिए तो इसका मूल्य ₹ 60 (12 अंक) है । इसको प्राप्त करने के लिये केश या चेक/डीडी सीम्स होस्पिटल प्रा. ली. के नाम से और आपका नाम और पुरे पते के साथ हमारी ओफिस हृदय और धड़कन डिपार्टमेन्ट, सीम्स अस्पताल, शुकन मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060 पर भेज दे । फोन नं. : +91-79-3010 1059/1060

स्टेमी मौजूदा थेरापीज के साथ उपचार की आवश्यकता को प्रोत्साहन देने वाली समय की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण इमर्जेंसी है। इष्टतम् समय के ढाँचे में जिन मरीजों को उपचार न मिले, उन्हें स्टेमी के साथ निदान किया जाता है और बचाया जाता है, जो अस्पताल ले जाते वक्त दीर्घावधि की अक्षमता का अनुभव कर सकते हैं और जीवन की गुणवत्ता में कमी आती है।



CIMS Care Institute of Medical Sciences At CIMS... we care

सीम्स अस्पताल : शुकन मॉल के पास, ऑफ साइंस सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060
ऑपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें: +91-79-30101200, 30101008 (मो) +91-9825066661

CIMS Hospital : Regd Office: Plot No.67/1, Opp. Panchamrut Bunglows, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad - 380060.
Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines) Fax: +91-79-2771 2770.
CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.me | www.cims.me

मुद्रक, प्रकाशक और संपादक डॉ. हेमांग बक्षी ने सीम्स अस्पताल की ओर 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।