हृदय और धड़कन

वर्ष-7, अंक-75, मार्च 20, 2016

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

Price Rs. 5/-

कार्डियोलॉजिस्ट	
डॉ. सत्य गुप्ता	+91-99250 45780
डॉ. विनीत सांख्ला	+91-99250 15056
डॉ. विपुल कपूर	+91-98240 99848
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
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
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
डॉ. स्नेहल पटेल	+91-99981 49794
कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलोजीस्ट	
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. विनीत सांख्ला	+91-99250 15056

अच्छे स्वास्थ्य के लिए कसरत

महत्त्व

अमेरिका कि हृदय से संवन्धित सबसे बड़ी संस्था 'अमेरिकन हार्ट असोसियेशन' के सर्वेक्षण के अनुसार शारीरिक श्रम की कमी याने कि बैठे बिठाये जीने वाली जिन्दगी हृदयरोग होने का मुख्य कारण है।

इसके अलावा ऐसे जीवन से होने वाले दूसरे भी नुकसान हैं जैसे स्थूलता, डायबिटीज, ब्लडप्रेशर, रक्त में चरबी का बढ़ना इत्यादि।

फायदे

- चलने से शरीर की केलरी जलती है, जो वजन उतारने में और वजन को एक समान रखने में मदद करती है।
- हृदय की कार्यक्षमता बढ़ती है, जिससे हृदय कम धड़कनों से ज्यादा रक्त पंप कर सकता है. इससे हृदय की खुद को रक्त की आवश्यकता कम हो जाती है।
- ऑक्सीजन को अधिक क्षमता से उपयोग करने की स्नायु की शक्ति बढ़ती है, जिससे हृदय को कम मात्रा में रक्त पंप करना पड़ता है।
- रक्त के दबाव को कम करता है, जिससे रक्तचाप की दवा की मात्रा कम की जा सके।
- रक्त की खराब चरबी को कम करता है और अच्छी चरबी (HDL) बढ़ती है।
- रक्त में से शक्कर की कमी होती है, जिससे डायबिटीज की दवा की मात्रा कम की जा सकती है।
- बढ़ती उम्र के कारण होने वाली हड्डियों की कमजोरी कम होती है।

- स्तन और आँतो के केन्सर से बचा जा सकता है।
- शरीर में स्फूर्ती बनी रहती है, जिससे डिप्रेशन व मानसिक तनाव की बीमारियों से बचा जा सकता है।

कितनी व किस तरह

चलने की कसरत ये सारी दुनिया में 'साबित हुई' (Proven) सबसे अच्छी कसरत है। ५, १० या १५ मिनट से चलने की शुरुआत की जा सकती है। हर सप्ताह ५ मिनट बढ़ाते जाना चाहिए, और यह क्रम तब तक जारी रखने का जब तक दिन का घूमना ३० से ४० मिनट नहीं हो जाए। एक सप्ताह में कम से कम ५ से ७ बार चलें। अकेले चलने से अच्छा है कि समवयस्कों के साथ, या जीवनसाथी या बच्चों के साथ घूमने को नित्यक्रम बनाएं।

अगर चलने में किसी प्रकार की परेशानी है तो डॉक्टर / स्वास्थ सलाहकार से अलग प्रकार की कसरत के बारे में जानें।

आहार में नमक

नमक जरूरी क्यों है?

नमक (सोडियम क्लोराईड; NACL) और पोटेशियम, शरीर के कोषो के सामान्य कार्य और प्रवहीन के योग्य संतुलन के लिए जरूरी है। नमक हमारे शरीर को नए प्रवाही लेने में और खराब प्रवाही का मूत्र के द्वारा निकाल करने में मदद करता है। इसके अलावा, नमक ब्लडप्रेशर को संभालने, डिहाइड्रेशन को रोकने में और किडनी को स्वस्थ रखने में भी आवश्यक है। अगर शरीर में नमक की मात्रा कम हो तो मस्तिष्क, हृदय, और स्नायुओं के कोष सही ढंग से काम नहीं कर सकते हैं।

शरीर में नमक की योग्य मात्रा का होना आवश्यक है, किन्तु जरूरत से ज्यादा नमक कई आरोग्य समस्याओं को जन्म दे सकता है, एवं जरूरत से ज्यादा नमक हाथ पैर में सूजन भी ला सकता है।

आवश्यकता से अधिक नमक लेने से होने वाली सबसे गंभीर बीमारी है हाई ब्लडप्रेशर। हाई ब्लडप्रेशर से हृदयरोग का हमला, (हार्ट अटेक) की संभावना बढ़ जाती है। यु.एस.ए. में हाई ब्लडप्रेशर वाले एक तिहाई लोग नमक के प्रति संवेदनशील हैं, इसलिए अगर वह अधिक नमक खा लेते हैं तो उनका ब्लडप्रेशर बढ़ता है।

मात्रा कितनी होनी चाहिए?

हर रोज ४ ग्राम से ज्यादा नमक (अंदाजन एक पूरा चम्मच) अथवा २.४ ग्राम से अधिक सोडियम नही लेना चाहिए। पर सामान्यतया वयस्क रोज का १०-१२ ग्राम नमक अथवा ७-८ ग्राम सोडियम लेते हैं।

मेरे भोजन में नमक की मात्रा किस प्रकार कम की जाए?

भोजन में नमक कम करने के लिए निम्नलिखित उपाय किए जा सकते हैं।

- खाते समय खाने में और नमक न डालें। लोग जितना सोडियम खाते हैं उसमें से एक तिहाई से आधा सोडियम खाते हुए या बनाते हुए डालते हैं।
- नमक के बदले अन्य मसाले व सोडियम रहित वस्तुएं उपयोग में ली जा सकती हैं।
- खाते तथा पकाते हुए बहुत कम अथवा नही के बराबर ही नमक लें। नमक के अलावा दूसरे मसाले प्रयोग में लें।
- नाश्ते में सोडियम की मात्रा की जांच करें, विशेष रूप से नमकीन कही जाने वाली चीजे और सामान्यरूप से अधिक नमकीन नही लगने वाले नाश्ते भी। टिन में सील किए हुए तथा पाउच पेकिंग में मिलने वाली तैयार चीजें जैसे कि सूप, आलू की या किसी अन्य प्रकार की वेफर्स, चिवड़ा, चिप्स वगेरह के लेबल पढ़ कर उसमें कितना नमक है यह जाना जा सकता है। ऐसे कई सूप, जमे हुए (frozen) तैयार नाश्ते, सोस, अचार, और केचप में नमक की मात्रा अधिक होती है।
- खारी सींग व पापड़ में भी नमक ज्यादा होता है।

ठंड का समय, बाहर बर्फ की चादर, सवेरे चार बजे का समय गर्म चादर ओढ़कर गहरी नींद में था। घर के फोन की घंटी बजी 'आप घर पर विजिट करने की कितनी फीस लेते हैं?' किसी अंजान व्यक्ति ने पूछा। 'हे भगवान, यह पूछने के लिए तुम कैसे समय में फोन कर रहे हो?' मैने गुस्से में कहा 'इस समय तुम्हारे घर आने के ५०० रुपये लूंगा।'

'और आपके क्लिनिक में मिलने की फीस कितनी?' फोन वाले व्यक्ति ने पूछा।

'१०० रुपये।'

'ठीक है डॉक्टर,' फोन वाले व्यक्ति ने कहा, 'मैं आपको आपके क्लिनिक में पंद्रह मिनट में मिलता हूं। तुरंत घर से निकलिए।'

सामान्य आहार में सोडियम की मात्रा

आहार	सोडियम की मात्रा
सेव (apple)	१.५ मि.ली. / ग्राम (कम)
केला	१.० मि.ली. / ग्राम (कम)
गाजर २	५० मि.ली. / ग्राम (कम)
चीज १२५ ग्राम (ज्यादा)	७०० मि.ली. / ग्राम
अचार (सामान्य) (ज्यादा)	९०० मि.ली. / ग्राम
मक्खन/मार्गरिन १ चम्मच	१२० मि.ली. / ग्राम
दूध (२ प्रतिशत चर्बी)	१२० मि.ली. / ग्राम
नमक एक चम्मच	२००० मि.ली. / ग्राम

सोडियम की मात्रा को कम करना आहार में करने लायक सबसे सरल परिवर्तन है। एक बार अगर कम सोडियम वाला आहार लेने लगेंगे तो आपकी जीभ नमक वाले आहार के प्रति अधिक संवेदनशील बन जाएगी। धीरे-धीरे आपको आपके भोजन में नमक की कमी महसूस नही होगी। जीभ की संवेदना में ऐसा बदलाव अधिकतर लोग एक महिने में ही महसूस करने लगते हैं।

नमक के अलावा अलग-अलग प्रकार के मसाले जरूरत के अनुसार डालकर भोजन को स्वीदिष्ट बनाया जा सकता है। परंतु चाट मसाला, फ्रूट मसाला, काला नमक जैसे नमकीन व्यंजन तो संभव हो वहां तक टालें। अगर आप किसी प्रकार की दवा लेते हों या कोई डॉक्टरी जांच चालू हो तो नमक का उपयोग कम करने से पहले अपने डॉक्टर की सलाह लें।

सौजन्य 'दिल से' - लेखक : डॉ. केयूर परीख

एक शिक्षक के रूप में उन्होंने कइयों के जीवन का निर्माण किया। हमने उनके हृदय का नवसृजन किया।

CIMS DiL DiL Ki KAHANi

1 #dildilkikahani

नाम : श्री सयाली ईसोवी

आयु : ६८ वर्ष

स्थान : कुशांबे, तजाकिस्तान

श्री ईसोवी, एक शिक्षक, एक किसान और एक सामाजिक सेवक, अपने वतन दुशांबे-तजाकिस्तान में कई लोगों के प्रेरणास्रोत हैं।

रोजमर्रा के जीवन में विभिन्न तकलीफों के फलस्वरूप उनके हृदय की जाँच की गई, तो पता चला कि उनका हृदय असाधारण रूप से बड़ा था, जो सामान्य हृदय की अपेक्षा ५ गुना बड़ा था। इसके अलावा २ आर्टरियाँ भी ब्लॉक थीं। रक्त के असाधारण दबाव के कारण उनके हृदय की पम्पिंग ६० प्रतिशत से घट कर २० प्रतिशत हो गई थी। इसके फलस्वरूप उनका हृदय किसी भी समय फेल होने की आशंका थी।

प्रत्येक कहानी में एक मोड़ (ट्विस्ट) जरूर होता है। ईसोवी के जीवन का यही था वह मोड़। सीम्स टीम के विशेषज्ञ कार्डियाक सर्जनों ने उनके हृदय को विश्व स्तरीय उपयोग में ली जाने वाली एसवीआर (सर्जिकल वैंट्रीक्युलर रिस्टोरेशन) प्रक्रिया द्वारा हृदय का माप बदल कर, सामान्य आकार में लाकर सुयोग्य धड़कता किया और बाईपास सर्जरी भी की। इसके फलस्वरूप उनका हृदय पहले से अधिक सशक्त व नियमित रूप से धड़कने लगा।

श्री ईसोवी ने हमें प्रेरणा दी कि विफलता का कद चाहे जितना ऊँचा हो, उसका आकार बदल कर उसे सफलता में बदला जा सकता है।

- पश्चिमी भारत में एसवीआर प्रक्रिया के प्रणेता
- पीडियाट्रिक, जीरियाट्रिक, नाजुक हृदय और ग्रोनअप कॉन्जेन्शियल हार्ट सर्जरी के विशेषज्ञ
- विश्व प्रसिद्ध कार्डियोलॉजिस्ट और सर्जनों की सक्षम टीम

www.cims.me

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
World-class practices. Trusted by doctors.

अॅपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें: +91-79-30101200, 30101008

24 x 7 मेडिकल हेल्पलाईन +91 70690 00000

सीम्स अस्पताल : शुकन मॉल के पास, ऑफ साइंस सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060

CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN: U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.me | *CIMS Hospital India App on:*

एन्टी-प्लेटलेट दवाएं

'एन्टी-प्लेटलेट' यानि कि एस्पीरीन इस दशक की अच्छी से अच्छी दवा है क्योंकि यह हृदयरोग और स्ट्रोक (लकवा) जैसी दो गंभीर बिमारियों को होने से रोकता है और जिनको भी यह रोग हुआ है उनको इन रोगों के नए हमले से बचाता है।

किस तरह काम करता है?

एन्टी-प्लेटलेट रक्त के अंदर के रक्त कणों (प्लेटलेट) को एक दूसरे से जुड़ने से रोकता है, और इस प्रकार रक्त में गांठे नहीं पड़ने देता है। इससे हृदय और मस्तिष्क की धमनियों में रक्त प्रवाह में रुकावट नहीं आती है, जो हृदयरोग के हमले व स्ट्रोक के मुख्य कारण हैं।

कब उपयोग में लिया जाता है?

एन्टी-प्लेटलेट सामान्यरूप से 'हाइ रिस्क' रोगी में हृदयरोग को व स्ट्रोक को शुरुआत में रोकने के लिए उपयोग में आता है। इसी प्रकार हृदयरोग या स्ट्रोक आने के बाद भी रोगी को दूसरा हमला (अटेक) न आए इसलिए इसे दिया जाता है।

'हिचकी रोकने की दवा देना।' एक आदमी ने दुकान पर जा कर कहा।
दुकानदार ने तुरंत ही उस आदमी को एक थप्पड़ मारा। 'ऐसा किसलिए किया?' आदमी गुस्सा होते हुए बोला।
'तुम्हारी हिचकी बंद करने के लिए, देखा? बंद हो गई ना?'
'हिचकी मुझे आ ही नहीं रही थी। मोटर में बैठी मेरी पत्नी को हिचकी आ रही थी'

दवा के विपरीत असर (Side Effects)

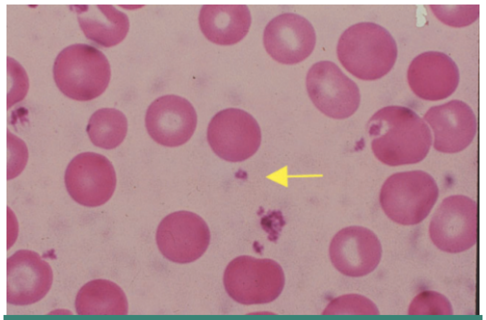
सामान्यतया एन्टी-प्लेटलेट की कोई गंभीर विपरीत असर नहीं होती है। एन्टी-प्लेटलेट लेने वाले रोगी में मिलने वाले कुछ विपरीत असरों में पेट में गड़बड़ / जलन, पेट में दर्द, उल्टी, काले दस्त इत्यादि माना जा सकता है।

रोज की एक एस्पीरीन की गोली कार्डियोलोजिस्ट को दूर रखती है

इसके अलावा किसी किसी रोगी के कान में झनझनाहट, सांस की तकलीफ, त्वचा में एलर्जी जैसी तकलीफें भी हो सकती हैं।

एस्पीरीन सबसे पुरानी और प्रचलित दवा है। इसके फायदे बहुत हैं और हृदयरोग से पीड़ित अधिकतर रोगी इसको लेतें हैं।

'क्लोपीडोग्रेल' नाम की दूसरी एक दवा खासतौर से एन्जियोप्लास्टी के रोगी एन्जायना और हार्ट अटेक के रोगी को दी जाती है।


प्लेटलेट्स

जो मरीजो में ड्रग इल्युटींग स्टेन्ट (DES) का उपयोग किया जाता है उन्हे जिंदगीभर एन्टी प्लेटलेट दवाएं लेनेकी सलाह दी जाती है।

सौजन्य 'दिल से' - लेखक : डॉ. केयूर परीख

भारत में एकमात्र केन्द्रोमें से एक जहां तमाम संभावित पर्क्युटेनियस इंटरवेंशन किये जाते है

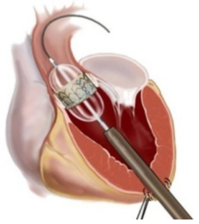
CIMS

अमेरीकन कॉलेज ऑफ कार्डियोलॉजी (एसीसी) सेन्टर ऑफ एक्सिलेंस के रुप में प्रमाणित भारत का एकमात्र केन्द्र

International Centers of Excellence

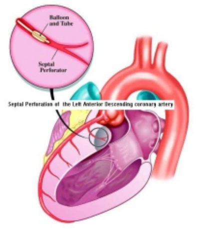
ट्रांस कैथेटर ऑर्टिक वॉल्व रिप्लेसमेंट TAVR (TAVI)

एक न्यूनतम् काट-छाँट वाली सर्जिकल प्रक्रिया, जिससे पुराने-क्षतिग्रस्त वॉल्व को हटाए बिना वॉल्व को रिपेयर किया जा सकता है।



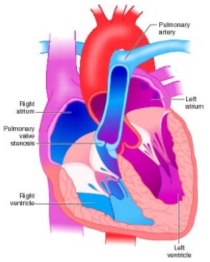
पर्क्युटेनिस ट्रांसल्युमिनल सेप्टल मायोकार्डियल एब्लेशन (PTSMA)

हृदय के स्नायुओं की अपेक्षाकृत अधिक वृद्धि घटाने के लिए न्यूनतम् काट-छाँट वाली प्रक्रिया (सेप्टल ब्रांच में एब्सॉल्युट अल्कोहल दाखिल करना)



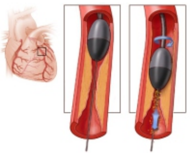
स्ट्रक्चरल इंटरवेंशन्स और एडल्ट कॉन्जेनिटल इंटरवेंशन

बलून माइट्रल/एऑर्टिक /पल्मोनरी / वॉल्व्युलोप्लास्टी। असाधारण वॉल्व को बलून द्वारा चौड़ा करने की पद्धति।



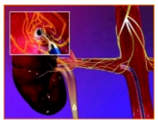
रोटाब्लेशन

रोटाब्लेशन में एक छोटी-सी ड्रील का उपयोग कर धमनियों में जमा कैल्शियम हटाया जाता है। यह ड्रील कम्प्रेस्ड हवा से काम करती है। १९९० से सिम्स कार्डियोलॉजी को इस बारे में सबसे अधिक अनुभव है और सैकड़ों केस में रोटाब्लेशन का उपयोग किया गया है।



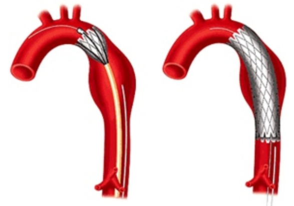
रिनल डिनर्वेशन

रिनल डिनर्वेशन प्रक्रिया में रिनल डिनर्वेशन (आरडीएन) के रूप में परिचित टेक्निक का उपयोग कर अपेक्षाकृत अधिक सक्रिय रिनल तंतुओं को शांत किया जाता है। इसके कारण किडनी में ऐसे अंतःस्रावों (हॉर्मोन) का उत्पादन घटता है, जिससे ब्लड प्रेसर बढ़ता है। वह हृदय, किडनी व रक्तवाहिनियों को अधिक नुकसान से बचाता है।



TEVAR थोरेसिक एण्डोवैस्क्युलर एन्युरिज्म रिपेयर

धमनी की दीवार असाधारण रुप से फूल गई हो, तो उसके उपचार की सर्जिकल पद्धति



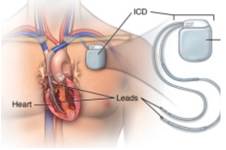
इलेक्ट्रोफिजियोलॉजी

कार्टो ३ सिस्टम

मरीज के हृदय में एक से अधिक कैथेटर्स को सटीक तरीके से देखने व कैथेटर का स्थान जानने के लिए अत्याधुनिक थ्री-डी मेपिंग और इमेजींग एवं अेरीथमोजेनीक का सचोट स्थान जानने के लिये

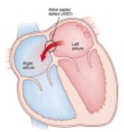
उपकरण

- ए.आई.सी.डी.
- सी.आर.टी.
- पेसमेकर



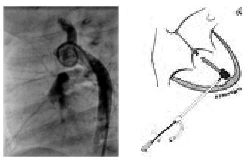
एट्रियल सेप्टल डायरेक्ट (एएसडी), वैंट्रीक्युलर सेप्टल डिफेक्ट (वीएसडी) और पेटेंटडक्टस आर्टेरियस (पीडीए)

एक ऐसी प्रक्रिया, जिसमें सेप्टम के छेद में या हृदय के ऊपरी कक्ष (एएसडी) और निचले कक्ष (वीएसडी) में एक छतरी जैसा उपकरण दाखिल किया जाता है और उसे सम्पूर्ण बंद किया जाता है। शरीर की मुख्य धमनी से फेफड़े की धमनी में रक्त की अतिरिक्त आपूर्ति को नियंत्रित रखने की प्रक्रिया।



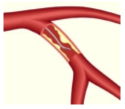
कॉम्प्लेक्स कॉन्जेनिटल पीडियाट्रिक इंटरवेंशन

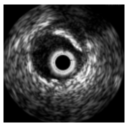
इसमें एसडी क्लोजर के लिए हाईब्रिड प्रक्रिया, डक्ट स्टेंटिंग व सायनोटिकनियोनेट्स में आरवीओटी स्टेंटिंग का समावेश होता है। यह शिशुओं में सर्जरी करने का प्रभावी विकल्प है।



फेक्शनल फ्लोरिजर्व (FFR) और इंट्रावैस्क्युलर अल्ट्रासाउण्ड (IVUS)

यह गाइड वायर आधारित प्रक्रिया है, जिससे सटीक तरह से ब्लड प्रेसर व हृदय की धमनी के निश्चित हिस्से में प्रवाह मापा जाता है।





आईवीयूएस द्वारा हम कॉरोनरी धमनी को अंदर से बाहर की तरफ देख सकते हैं, जिससे तत्काल तसवीरें मिलती हैं, जैसे कि कॉरोनरी एंजियोग्राफी, जो केथ लैब में की जाती है। सिम्स वर्षों से वर्च्युअल हिस्टोलॉजी सहित आईवीयूएस का उपयोग करता है।

एमआरआई - सिग्ना एक्सप्लोरर एण्ड सीटी स्कैन - रिवॉल्युशन ईवीओ १२८ स्लाइस का सिम्स में शीघ्र ही आगमन होने वाला है (अगले महीने)।

MRI - सिग्ना एक्सप्लोरर

एमआरआई मॉडल, जो पहली बार कॉरोनरी एमआरआई एंजियोग्राफी (कॉन्ट्रास्ट बिना) वाली है।

सीटी स्कैन

भारत में पहली बार उपयोग में ली जाएगी, जो अत्याधुनिक कार्डियोवैस्क्युलर इमेजिंग से युक्त है।

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
World-class practices. Trusted by doctors.
NABH
NABL Certificate No. M-0500
24 x 7 मेडिकल हेल्पलाईन : +91-7069000000

सीम्स अस्पताल : शुकन मॉल के पास, ऑफ साइंस सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060
ऍपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें: +91-79-30101200, 30101008
एम्बयुलन्स और आपातकालीन सेवायें : +91-98244 50000, 97234 50000
www.cims.me

CIMS CANCER

सीम्स कैन्सर सेन्टर

अत्याधुनिक कैंसर सर्जरी सेंटर का शुभारंभ रेडिएशन तथा मेडिकल ओंकोलॉजी युनिट के साथ

सर्जीकल ओन्कोलोजी टीम

डॉ. दर्शन आर. भणशाली (मो) +91-9825096763
डॉ. जयेश वी. पटेल (मो) +91-9825049874
डॉ. नटु पटेल (मो) +91-9825043672
डॉ. अशोक पटेल (मो) +91-9825020544
डॉ. तरंग पटेल (मो) +91-9825022074

कैन्सर सर्जरी

- मुँह और गले के कैंसर के ऑपरेशन और कमाण्डो ऑपरेशन- माइक्रोवैस्क्युलर रिकन्स्ट्रक्टिव ऑपरेशन
- स्तन कैंसर का ऑपरेशन और स्तन बचाने वाला कैंसर का ऑपरेशन
- थाइरॉइड और पैराथाइरॉइड ऑपरेशन
- पैरीटीड (लार ग्रंथि) के जटिल ऑपरेशन
- आँत व होजरी कैंसर के ऑपरेशन, दूरबीन से आँत के कैंसर के ऑपरेशन
- लीवर, पैंक्रियास (स्वादुपिंड) के ऑपरेशन
- गर्भाशय व अंडाशय के कैंसर के ऑपरेशन
- मूत्र मार्ग के कैंसर के ऑपरेशन
- हड्डी के कैंसर के ऑपरेशन
- फेफड़े के कैंसर के ऑपरेशन
- मस्तिष्क के कैंसर के ऑपरेशन

रेडियेशन ओन्कोलोजी टीम

डॉ. देवांग सी भावसार (मो) +91-98253 74411
डॉ. किंजल आर. जानी (मो) +91-98255 76533
डॉ. मौलिक भेसदडिया (मो) +91-99257 85859
डॉ. मल्हार पटेल (मो) +91-95376 64757
डॉ. प्राप्ति पटेल देसाई (मो) +91-9039271466

मेडिकल ओन्कोलोजी टीम

डॉ. चिराग देसाई
डॉ. राहुल जयस्वाल
डॉ. संकेत शाह
डॉ. अभिषेक ककरु
डॉ. भाविन शाह
डॉ. शैलेष तलाटी
डॉ. संदिप शाह
डॉ. दीपा त्रिवेदी

इलेक्टा सिनर्जी प्लेटफॉर्म –
अत्याधुनिक रेडिएशन का उपचार देने के लिए
Areez Khambatta Benevolent Trust की पहल

एशिया में पहली बार,
Versa-HD रेडिएशन थेरापी
जो विशाल श्रेणी की गाँठ तथा जटिल
प्रकार के कैंसर का उपचार करेंगे

CIMS® Care Institute of Medical Sciences
World-class practices. Trusted by doctors.
NABH ACCREDITED
NABL Certificate No. M-0500

अपॉईन्टमेन्ट के लिये संपर्क करे : +91-99792 75555
24 x 7 मेडिकल हेल्पलाईन : +91-7069000000

एम्बयुलन्स और आपातकालीन सेवायें
+91-98244 50000, 97234 50000
"सीम्स होस्पिटल" (CIMS Hospital) की एप्लीकेशन उपलब्ध है
Google play | App Store | Windows Phone

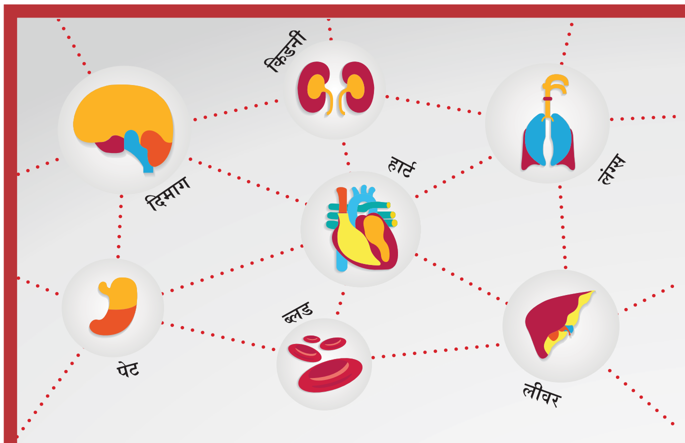
सीम्स अस्पताल : शुकन मॉल के पास, ऑफ साइंस सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060
info@cims.me | www.cims.me

"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-1730/2016-2018 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2018

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



अपना शरीर एक अभिन्न परिवार जैसा है ।
जब कोई एक अंग परेशान होता है,
तभी दुसरे अंगो में भी दर्द होता है ।

सीम्स क्रिटीकल केर

- 24 x 7 क्रिटीकल केर इन्टेन्सीविस्ट्स और पेरामेडिक्स
- सर्वश्रेष्ठ टेक्नोलोजी
- किडनी, लन्स और हार्ट की एडवान्स्ड क्रिटीकल केर सपोर्ट सिस्टम
- मल्टी-स्पेशियालिटी के लिये श्रेष्ठ पेरी-ओपरेटिव केर
- मरीज़ की मानसिक स्वस्थता के लिये ग्रीन आइ.सी.यु.

एक परिवार में अलग-अलग लोगो के तरह अपने शरीरमें भी विविध अंगो का समावेश होता है । जिसमें से एक अंग काम करना बंध कर दे, तो दुसरे अंगो के कार्यसंतुलनमें भी प्रतिक्षेप पडता है । यह परिस्थिति में क्रिटीकल केर स्पेशियालिस्ट, असरग्रस्त अंग का इलाज करके बाकी के अंगो को निष्क्रिय होने से रोक सकता है ।

सीम्स की क्रिटीकल केर टीममें सामिल है, क्रिटीकल केर विशेषज्ञ (इन्टेन्सीविस्ट्) और विशेष तालीम वाले नर्सिस, जो जोखिम से लडकर, उसका निवारण करके मरीज़ के स्वास्थ्य में जल्दी रिकवरी को सुनिश्चित करते है । स्वाईन फ्लु, जटील डेन्यु, मेलेरीया, मल्टी-ओर्गन फेइल्यर और सर्जरी के बाद के कोम्प्लीकेशन की सारवार हमारी टीम की विशेषता है ।

www.cims.me

24 x 7 मेडिकल हेल्पलाईन : +91-7069000000

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
World-class practices. Trusted by doctors.

अपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें: +91-79-30101200, 30101008 (मो) +91-9825066661
एम्बयुलन्स और आपातकालीन सेवायें : +91-98244 50000, 97234 50000

सीम्स अस्पताल : शुकन मॉल के पास, ऑफ साइंस सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060

CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN: U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.me | CIMS Hospital India App on:

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।