

हृदय और धड़कन

वर्ष-8, अंक-95, नवम्बर 20, 2017



CIMS

Care Institute of Medical Sciences



Price Rs. 5/-

कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. सत्य गुप्ता	+91-99250 45780
डॉ. चिनीन सांखला	+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. उमैम शाह	+91-98250 66939
डॉ. हेमांग बक्षी	+91-98250 30111
डॉ. अनिश चंदारगणा	+91-98250 96922
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666

कार्डियक सर्जन

डॉ. धीरज शाह	+91-98255 75933
डॉ. धवल नायक	+91-90991 11133

पिडियाट्रिक और स्ट्रुक्चरल हार्ट सर्जन

डॉ. शोभन शाह	+91-98250 44502
--------------	-----------------

कार्डियोवास्कुलर, थोरासीक और थोराकोरकोपीक सर्जन

डॉ. प्रणव मोदी	+91-99240 84700
----------------	-----------------

कार्डियक एन्थेसिस्ट

डॉ. चितन शेट	+91-91732 04454
डॉ. निरेन भावसार	+91-98795 71917
डॉ. हिरन धोलकिया	+91-95863 75818

पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. कवषा शेट	+91-99246 12288
डॉ. दिवेश सादवीवाला	+91-82383 39980
डॉ. मिलन चग	+91-98240 22107

नियोनेटोलोजिस्ट और पीडियाट्रीक इन्टेन्सिवीस्ट

डॉ. अमित चितलीया	+91-90999 87400
डॉ. स्नेहत पटेल	+91-99981 49794

कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलॉजिस्ट

डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. चिनीन सांखला	+91-99250 15056

अदृश्य कातिल नं.१-उच्च रक्तचाप (High B.P.)

मुझे अगर रोग पसंद करना पड़े तो मुझे कष्टदायक रोग ही हो ऐसी कामना करूं, क्योंकि दर्द के उठते ही मैं फौरन अपने इलाज के लिए डॉक्टर के पास दौड़ सकता हूं। परन्तु अगर मुझे कोई ऐसा रोग हो जिसके कोई प्रारंभिक लक्षण ही नहीं हों, तो मेरी जानकारी के बिना मेरे शरीर को हानि पहुंचती रहेगी। उच्च रक्तचाप (high blood pressure), डायबिटीज मेलाइटिस इसी प्रकार के रोग हैं, जिसमें रोगी को शुरू में बहुत कम लक्षण महसूस होते हैं या फिर किसी भी प्रकार के लक्षण महसूस नहीं होते हैं। उच्च रक्तचाप व डायबिटीज शरीर को धीरे - धीरे नुकसान पहुंचाते रहते हैं, इसीलिए इन्हें अदृश्य कातिल (Silent killer) कहा जाता है।

अगर इसका पहले से ही पता लग जाए और रोगी इसका इलाज जल्द शुरू करवाए तो इन बीमारी से पीड़ित व्यक्ति व एक सामान्य स्वस्थ व्यक्ति की जिंदगियों में कोई खास फर्क नहीं रहता है, परन्तु अगर इन

अदृश्य कातिलों का तात्कालिक और योग्य इलाज न किया जाए तो इसके कारण दूसरी अनेक बीमारियां भी हो सकती हैं।

अगर आपको दर्द, बुखार या किसी प्रकार के लक्षण न हो तो भी आपको ब्लडप्रेसर या डायबिटीज हो सकते हैं।

यह बात मानने में असंभव लगती है, और उसके पश्चात् भी डॉक्टर आपको वजन कम करने का, नमक व मोठी चीजें कम खाने का और दवा लेने की सलाह दे तब शुरू-शुरू में स्वाभाविक रूप से कुछ अटपटा लगे, और आप शायद डॉक्टर की इस सलाह को नहीं मानें, परन्तु इलाज शुरू करने का श्रेष्ठ समय यही है। इस समय अगर

इलाज शुरू किया जाए तो आपकी जीवन रेखा बढ़ सकती है। और आप लंबी बीमारी से बच सकते हैं।

किसी भी हालत में ब्लड प्रेशर १२० / ८० से कम रहना हितकारी है। क्योंकि इससे ज्यादा ब्लडप्रेसर वाले लोगों को उच्च रक्तचाप होने की संभावना दुगुनी हो जाती है।

संक्षेप में हम यह कह सकते हैं कि हाई ब्लड प्रेशर व डायबिटीज मेलाइटिस जैसी बीमारियों का जल्द से जल्द पता चलने पर इनका शीघ्रतापूर्वक इलाज शुरू होना चाहिए।



ब्लडप्रेसर नियमित नपवाना

www.cims.org



उच्च रक्तचाप (High B.P)

रक्त का दबाव मतलब रक्त जितनी ताकत से रक्तवाहिनियों की तरफ ढकेला जाता है, इसके दो माप हैं सिस्टोलिक अथवा उपर का दबाव जो कि १२० मी.मी. मर्क्यूरि होना चाहिए और डाइस्टोलिक अथवा नीचे का दबाव जो कि ८० मी.मी. मर्क्यूरि होना चाहिए। इन मापों को १२०/८० की तरह लिखा जाता है।

अगर रक्त का दबाव इससे ज्यादा हो तो, यानि कि रक्तचाप १४०/९० से ज्यादा हो तो, उसे हाइपरटेंशन अथवा उच्च रक्तचाप (H.B.P.) कहते हैं। इसका अर्थ यह है कि अगर धमनियों में रक्त का दबाव निरंतर सामान्य से अधिक रहता है तो उसका इलाज परहेज और दवा के साथ होना चाहिए।

स्वस्थ व्यक्ति में भी रक्त का दबाव १२०/८० हो यह जरूरी नहीं है। काम और मानसिक स्थिति में सतत बदलाव के कारण रक्तचाप बदल सकता है। स्वस्थ व्यक्ति में भी सीढ़ियां चढ़ने, गुस्सा करने से या कसरत करने से तथा किसी भी प्रकार का शारीरिक परिश्रम करने से रक्त का दबाव बढ़ सकता है।

उच्च रक्तचाप के कारण निम्न अवयवों को नुकसान पहुंच सकता है



आँख



रक्त की धमनियां



हृदय



(गुर्दे) किडनी



मस्तिष्क

Ideal and High blood pressure values for all persons 18 years of age and above

Category	Systolic BP mm of mercury		Diastolic BP mm of mercury
Ideal	Less than 120	and	Less than 80
Pre hypertension	120-139	or	80-89
Stage I	140-159	or	90-99
Stage II	More than 160	or	More than 100

JNC* VII Guidelines

Pre-Hypertension: Defined as Systolic BP 120-139 or Diastolic BP 80-89. Those in the 130/80 to 139/89 range are at twice the risk to develop HBP than those with lower values. HBP affects one billion individuals worldwide.

Prevalence of HBP is likely to increase as the population ages.

*JNC: Joint National Committee, a US body which issues guidelines

किस व्यक्ति को यह रोग हो सकता है?

अनेक संशोधनों के बाद भी अभी तक यह स्पष्ट नहीं है कि कुछ व्यक्तियों का रक्तचाप ज्यादा होता है और कुछ व्यक्तियों का रक्तचाप सामान्य होता है, लेकिन यह स्पष्ट है कि जिन व्यक्तियों का वजन ज्यादा है, जिन व्यक्तियों को डायबिटीज है, जो लोग तनावयुक्त जीवन व्यतीत करते हैं या जिनके किसी नजदीकी रिश्तेदार को उच्च रक्तचाप हो तो ऐसे लोगों को हाई बी.पी. होता है। धूम्रपान करने वालों को या मोटे व्यक्तियों में उच्च रक्तचाप की अधिक संभावना रहती है।

वजन किस तरह प्रभावित करता है?

ब्लडप्रेसर का सबसे महत्वपूर्ण कारण अधिक वजन है। जरूरत से ज्यादा वजन हृदय और फेंफड़ों पर दबाव डालता है और ज्यादा काम करने का दबाव डालता है। शरीर में नमक या पानी के भराव

(water retention, जो सामान्यतया अधिक नमक खाने से होता है) के कारण भी ब्लडप्रेसर बढ़ता है।

हृदय रोग के हमले के बाद एक महिला बेहोश थी। उनके पति बहुत चिंतित थे। इसलिए उन्हें दाढ़स बंधाते हुए नर्स ने कहा 'बहन को उमर कम है इसलिए बचने को संभावना ज्यादा है। यह कोई इतनी जवान भी नहीं है, पूरे अड़तालिस साल की हुई है, 'महिला के पति ने कहा। महिला को तुरंत होश आ गया, 'अभी तो मुझे सैंतालिस साल ही हुए हैं।

सौजन्य

दिल से' - लेखक : डॉ. केयूर परीख



Care At Homes[®]

home health @ your doorstep

Trusted | Reliable | Committed



संपूर्ण आरोग्य सार्वार आपके घर 24x7

नर्सिंगकी सुविधा:

मरीज़ को लाने-ले जाने में मदद
घाव की संभाल और ड्रेसिंग
अंतःतन्वीय एवं विविध प्रकार के इन्जेक्शन्सकी सुविधा
पेशाबकी नली डालनी और संभाल
गले की नली और अन्ननली डालने और उसकी संभाल

विशेष नर्सिंगकी सुविधा:

डायलीसिस के मरीज़ की देखरेख,
कीडनी के मरीज़ की देखरेख,
दिमाग के मरीज़ की देखरेख,
ट्रान्सप्लान्ट के बाद की देखरेख, ड्रेसिंग
देखरेख रखने कि सुविधाएं :
नहाना, मावजत और टोयलेट्रीकी सुविधा,
मरीज़ की अपोईन्टमेंट और ले जाने में मदद,
मरीज़ के लिये वोकर और व्हील चेयर से चलाने में मदद,
पोषणयुक्त खोराक लेने में मदद,
दवाओं निर्देशानुसार याद कराने के लिये
फिड्रियोथेरापी सुविधाएं:
फीडिंगथेरापी,
डायटेशियन

तबीबी साधन किराये पे

- आई.वी. स्टैंड
- बाई-पेप
- इन्क्यूबेटर पम्प
- स्क्रिमामोनेटोमीटर
- नेब्युलाइज़र
- अंतर घेड / वोटर घेड
- नीमस अंतर घेड
- सक्शन मशीन
- ऑक्सिजन सिलिंडर बी-टाईप
- ऑक्सिजन कोंसन्ट्रेंटर (O₂ HR)
- मल्टी-पैरामीटर मॉनीटर
- फूलो अने सेमी मॉटराइज़्ड घेड
- फोलर और सेमी फोलर घेड
- व्हील चेयर

तबीबी साधन बेचना

- बी.पी. मापने का साधन
- पल्स ऑक्सिमीटर
- मल्टीमीटर
- नेब्युलाइज़र मशीन
- धर्चोमीटर
- सक्शन मशीन
- अंतर-घेड वोटर घेड
- वोकर
- वॉकिंग स्टीक
- वेंडिंग स्केल

घर पे टीकाकरण (ADULT / PAEDIATRIC)



एक फोन कीजीये और यह सभी सुविधाएं आपके घर पर प्राप्त करे

+91-90990 67988

www.careathomes.com



शुक्रन मॉल के पास, ऑफ साइन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060.

फोन : +91-79-2771 2771-72, फेक्स : +91-79-2771 2770

CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 | info@careathomes.com | www.cims.org

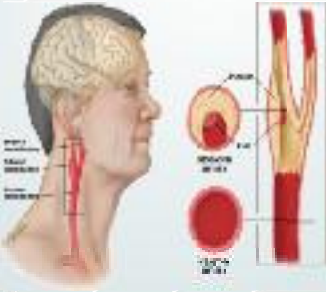


www.cims.org



केरोटीड (स्ट्रोक) और पेरीफेरल वास्कुलर इन्टरवेंशन वर्कशोप

सीम्स और अग्रणी आंतरराष्ट्रीय टीम द्वारा



डॉ. अशित जैन
एमडी (युएसए)

डॉ. अल्पेश शाह
एमडी (युएसए)

जनवरी 04, 2018

सीम्स हॉस्पिटल, अहमदाबाद

पेरीफेरल वास्कुलर डीसीज़ (PVD), अेडोमिनल अेओर्टिक एन्युरिज़म (AAA)
मरीज़ो के लिये कन्सलटेशन और इन्टरवेंशन के लिये संपर्क करे
निरज सागर (मो) +91-90990 24381 डॉ. कृणाल शाह (मो) +91-94296 31453

सीम्स कार्डियोवास्कुलर टीमने बडी मात्रा में केरोटेड केस किये है ।
जिसमे पीछले थोडे सालो में बडी मात्रामें केरोटेड इन्टरवेंशनका समावेश होता है ।



Hospital

सीम्स फर्टिलिटी सेन्टर



गुजरात में सबसे कम किमत का एक पैकेज
₹ 35,000/-

(दवाई का खर्च अलग)

इनफर्टिलिटी और आईवीएफ

- इनफर्टिलिटी पुरुष और स्त्री के लिये - इम्युनोलेशन और सारचार
- लेप्रो-हाइड्रोस्कोपी द्वारा बाइपसन की सारचार
- इन्ट्रायूटेराइन इन्सेमिनेशन - कृत्रिम स्वर्मादान (आईयूआई)
- इन विट्रो फर्टिलाइजेशन (आईवीएफ - टेस्ट क्यूब बेबी)
- जननीकी मार्गदर्शक
- इन्ट्रासाइटोप्लास्मिक स्पर्म इन्जेक्शन (आईसीएसआई)
- दवाई द्वारा अंडकोषका विकास
- आसिस्टेड हेरिंग
- फ्रोजन एम्ब्रीओ ट्रांसफर
- क्रायोप्रीझर्वेशन
- एन्डोस्कोपी सर्फिसीस
- सज्जिकल स्पर्म रीट्रीवल

*सिर्फ अपोईन्टमेन्ट से ही, फोन नं. +91-79-3010 2235 शोमवार से शनिवार (9:30 AM TO 6:00 PM)

24 x 7

जब इमरजन्सी हो तब सिर्फ सीम्स
इमरजन्सी : +91-97234 50000 | एम्युल्स : +91-98244 50000 | मेडिकल हेल्पलाइन : +91-70 69 00 00 00
(Secretary Sixty Nine and Six 04)



शुक्र भाज के पास, ओक सावून फिरी राव,
मोता, अरबदावार 380060.
फोन : +91-79-2771 2771-72,
फैक्स : +91-79-2771 2770
ईमेल : info@cims.org | www.cims.org



"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 2771-72

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 हॉस्पिटल प्रा. लि. के नाम से और आपका नाम और पुरे पते के साथ हमारी ऑफिस हृदय और धड़कन डिपार्टमेंट, सीम्स अस्पताल, शुक्रन मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060 पर भेज दें । फोन नं. : +91-79-3010 1059/1060



सीम्स नीओनेटल अने पीडियाट्रीक क्रिटिकल केर



- गुजरातका अग्रणी सेंटर की जहां पे बच्चों के सभी प्रकार की बिमारी / आकस्मिक चोट की सारवार के लिये 24 X 7 अत्याधुनिक सुविधा
- बच्चों की शस्त्रक्रियाओ और उसके बाद की सारवार जैसे की हृदय, दिमाग, स्पाईन, आंत, ट्रोमा और जन्मजात असंगित आदि के लिये अनुभवी टीम
- बच्चों में होने वाले फेफड़े और एरचे की बीमारी के लिये, मीनीमल इन्वेसीव तकनिक के साथ, फाइबर ऑप्टिक दूरबीन के द्वारा (Fibre Optic Bronchoscopy) निदान के लिये गुजरात का एक मात्र सेंटर



फेफड़े के जटिल रोग और अक्यूटेसपायरेटरी डीस्ट्रेस सिन्ड्रोम (ARDS) वाले बच्चों की सारवार के लिये अत्याधुनिक सुविधाएं, हाई फ्रिक्वेंसी वेंटीलेशन फेसीलीटी, पीडियाट्रीक अेक्स्ट्रा कोर्परीअल मेम्बरेन ओक्सीजनेशन(ECMO), नाइट्रीक ओक्साईड HFOV आदि

पीडियाट्रिक आपातकालीन परिवहन प्रबंधन



24 घंटे आपातकालीन सेवाएं

कमलकाण्ठ पीडियाट्रीकन के लिये सारके बने

+91-98244 50000, +91-97234 50000



अपॉइन्टमेंट के लिये संपर्क करे

+91-79 -3010 1008/1200

ईमेल : opd.rec@cimshospital.org

CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.org | www.cims.org

मुद्रक, प्रकाशक और संपादक डॉ. हेमांग चव्हा ने सीम्स अस्पताल की ओर से

हरिओम प्रिन्टरी, 15/1, नागोरी एस्टेट, ई.एस.आई डिस्पेंसरी, दुधेश्वर रोड, अहमदाबाद-380004 से मुद्रित किया और

सीम्स अस्पताल, शुक्रन मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060 से प्रकाशित किया ।