

हृदय और धड़कन

Wishing you a
Happy Diwali

कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. विनीत सांखला	+91-99250 15056	डॉ. मिलन चग	+91-98240 22107
डॉ. विपुल कपूर	+91-98240 99848	डॉ. उर्मिल शाह	+91-98250 66939
डॉ. तेजस वी. पटेल	+91-89403 05130	डॉ. हेमांग बक्षी	+91-98250 30111
डॉ. हिरेन केवडीया	+91-98254 65205	डॉ. अनिश चंदाराणा	+91-98250 96922
डॉ. गुणवंत पटेल	+91-98240 61266	डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. केयूर परीग्र	+91-98250 66664	डॉ. सत्य गुप्ता	+91-99250 45780

पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. कश्यप शेट	+91-99246 12288	डॉ. मिलन चग	+91-98240 22107
		डॉ. दिव्येश सादडीवाला	+91-82383 39980

कार्डियाक सर्जन

डॉ. धीरेन शाह	+91-98255 75933
डॉ. धवल नायक	+91-90991 11133
डॉ. किशोर गुप्ता	+91-99142 81008
डॉ. निकुंज व्यास	+91-73531 65955

पिडियाट्रिक और स्ट्रुक्चरल हार्ट सर्जन

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

कार्डियोवास्कुलर, थोरासीक और थोराकोस्कोपीक सर्जन

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

कार्डियाक एनेस्थेसिस्ट

डॉ. निरेन भावसार	+91-98795 71917
डॉ. हिरेन धोलकिया	+91-95863 75818
डॉ. चिंतन शेट	+91-91732 04454

कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलोजिस्ट

डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666
डॉ. विनीत सांखला	+91-99250 15056
डॉ. हिरेन केवडीया	+91-98254 65205

निओनेटोलोजिस्ट और पीडियाट्रिक इन्टेन्सिवीस्ट

डॉ. अमित चितलीया	+91-90999 87400
------------------	-----------------



दिल का दौरा (हार्ट एटेक) किसे कहते है ?

जीवनशैली में बदलाव लाने से हृदय रोग का खतरा 50% तक कम हो सकता है !

“विश्व में विभिन्न रोगों के कारण मरने वालों की संख्यामें हृदय रोग से मरने वालो की संख्या बढ़ती जा रही है। लगभग एक तिहाई लोग दिल के दौरे या स्ट्रोक से पीड़ित हैं। सवाल यह है कि दिल का दौरा क्यों आता है?

"हृदय एक पंप है और हमारे जीवनकाल में हमारे शरीर में २०० मिलियन लीटर रक्तपंपिंग करता है। यह एक ही अंग बिना किसी रुकावट के दिन-रात शरीर के लिए काम करता है। इसे काम करने के लिए ऑक्सीजन और ग्लूकोज की जरूरत होती है। जो हृदय की सतह के ऊपर रक्तवाहिकाओं के माध्यम से पहुंचता है। उम्र के साथ, सभी की धमनियों में कोलेस्ट्रॉल (वसा) जमा हो जाता है और धमनियां सिकुड़ जाती हैं। इससे व्यक्ति को श्रम करते समय दिल का दर्द महसूस होता है। दर्द अस्थायी है और दो से पांच मिनट तक आराम करने या नाइट्रोग्लिसरीन की गोली लेने से रोका जा सकता है। आम धारणा

है कि छाती के बाएं हिस्से में या बाएं हाथ में ही दर्द यह बात भी सच नहीं है। यह दर्द दाहिने हाथ या कंधे में, गले में, निचले जबड़े में, पेट में, नितंबों में या छाती के बीच में भी हो सकता है। २० % लोगों को बिल्कुल भी दर्द का अनुभव नहीं होता है।

जब यह कोरोनरी धमनी अचानक बंद हो जाती है, तो हृदय के कुछ हिस्सों में रक्त की आपूर्ति पूरी तरह से कट जाती है, जिससे दिल का दौरा पड़ता है। आप जानते हैं कि ६०% पुरुषों और ५०% महिलाओं को हृदय रोग की चेतावनी भी नहीं मिलती है और पहला लक्षण सीधा दिल का दौरा ही आता है। और सबसे गंभीर बात यह है कि दिल का दौरा पड़ने पर २५ % लोग घर से डॉक्टर के पास पहुंचने से पहले ही मर जाते हैं। दुनिया में किसी और बीमारी की इतनी ऊंची और तेज मृत्यु दर नहीं है! और संजीवा बात यह है की भारत में हृदय रोग के मामले दुनिया के

किसी भी देश की तुलना में ५ से १० गुना अधिक हैं और भारत को हृदय रोग की राजधानी कहा जाता है!

"क्या आपने कभी किसी हाथी को दिल का दौरा पड़ने या घोड़े को लकवा मारने के बारे में सुना है?" अफ्रीका और दक्षिण अमेरिका में रहने वाली कुछ जनजातियों को आज भी दिल का दौरा या पक्षाघात नहीं होता है! तो हमें क्यों ये आता है? ऐसा इसलिए है क्योंकि स्तनधारियों और उन जनजातियों के रक्त कोलेस्ट्रॉल का स्तर १००% से कम है और एनडीएन (सबसे घातक कोलेस्ट्रॉल) का स्तर ५०% से कम है।हमारे जन्म के समय, हमारा स्तर भी समान था। इतने कम कोलेस्ट्रॉल के कारण इन सभी रक्तवाहिकाओं में चरबी जमा नहीं होती है। और इससे दिल का दौरा या पक्षाघात नहीं होता है। पिछले कुछ वर्षों में हमारी जीवनशैली में काफी बदलाव आया है।

तनावपूर्ण जीवन, आहार में घी, तेल, मिठाइयों का अधिक सेवन, तंबाकू का अधिक सेवन, वजन बढ़ना और मोटापा, व्यायाम की कमी, मधुमेह-बीपी जैसी बीमारियों की बढ़ती घटना और आधुनिक जीवन की भागदौड़, प्रतिस्पर्धा और कम समय में अधिक पैसा कमाने के हमारे रवैये के कारण, हमारे कोलेस्ट्रॉल और रक्त का स्तर दोगुने से अधिक हो गया है और यह रक्त वाहिकाओं में थक्का बनने लगा, जिससे दिल का दौरा या पक्षाघात के किस्से होते हैं। भारत के प्रधानमंत्री हों या फिर अमेरिका के राष्ट्रपति, यह बीमारी किसी को नहीं छोड़ती। क्या हम इससे बच सकते हैं? अकेले जीवनशैली में बदलाव से इस जोखिम को ५०% तक कम किया जा सकता है। जीवन की भागदौड़ भरी रफ्तार से दूर रहें और तनाव से मुक्ति पाने के लिए योग-ध्यान का सहारा लें, आहार में अत्यधिक चर्बीयुक्ततेलों का प्रयोग कम करें, हरी सब्जियों, फलों का प्रयोग बढ़ाएं, किसी भी प्रकार के तंबाकू के सेवन से बचें, संतुलित वजन बनाए रखें और व्यायाम के लिए दिन में ४५ से ६० मिनट अलग रखें। अगर आपका ब्लड प्रेशर (बीपी) हाई है तो जीवनशैली और जरूरी दवाओं के साथ इसे वापस नॉर्मल लेवल पर लाएं। किसी भी उम्र में हमारी माध्यिका BP 130/80 mm.Hg से कम होनी चाहिए। यदि रक्त में चर्बी की मात्रा अधिक है, तो इसे आहार-व्यायाम और डॉक्टर के सलाह द्वारा आवश्यक दवा से भी कम किया जा सकता है।

हृदय रोग से बचने के लिए निम्नलिखित समीकरण को याद रखें

ब्लड प्रेशर

उत्तम	< 120/80 mm Hg
सामान्य (नोर्मल)	< 130/85 mm Hg
सामान्य से अधिक	130-139 / 85-89 mm Hg
हाई बीपी (Hypertension)	> 140/90 mm Hg

लीपीड प्रोफाइल

सामान्य (नोर्मल)	हृदयरोग के मरीज़, डायबिटीस, हाई बी.पी., के जोखिम परिबल
कोलेस्ट्रॉल < 150 mg %	कोलेस्ट्रॉल < 150 mg %
LDL < 100 mg %	LDL < 50-70 mg %
Triglyceride < 120 mg %	Triglyceride < 100 mg %
HDL > 45 mg %	HDL > 50 mg %
LDL/HDL < 1.5	LDL/HDL < 1.0-1.5

नोर्मल वज़न नापनेकी सरल रीत

उचाई (cm) - 100 वज़न (kg)

उ.दा. आपकी उचाई 160 cm हो तो

160 cm - 100 = 60 kg

डायबिटीस का कंट्रोल

3 महिने का अंदाजित (Glycated Hb) = 6.0-7.0

एक समूह की दवा इसमें बहुत उपयोगी साबित हुई है और यह दिल का दौरा, पक्षाघात और मृत्यु दर को ३० -५० % से अधिक तक कम कर सकती है। भारतीयों में चर्बी की मात्रा उसके आगे दिखाई गए टेबल के अनुसार ही रखनी चाहिए। यदि आपको मधुमेह है, तो आपको नियमित रूप से ३ महीने का औसत रक्तशर्करा ६.५ से ७.० के बीच का स्तर होना चाहिए।

और सबसे महत्वपूर्ण बात: यदि आपको विरासत में हृदय रोग की बिमारी मिली है तो आपको इसके होने की संभावना अधिक होती है। और इससे बचने के लिए आइए आज से प्रयास करना शुरू करते हैं।

सीम्स अस्पताल, अहमदाबाद

www.cims.org

जब बात हो विश्वास की, तब बात हो सीम्स की
जहाँ पेशन्ट की परवाह हो सबसे पहले



बड़ा इन्फ्रस्ट्रक्चर । बेहतर सुविधाएं । गुजरात में सर्वश्रेष्ठ टेकनोलोजी और डॉक्टरों की टीम

अपोईन्टमेन्ट के
लिए फोन



+91-79-4805 1008
+91-98250 66661

समय : 9:00 am - 7:00 pm (सोम से शनि) | ईमेल : opd.rec@cimshospital.org



सीम्स अस्पताल
ऑफ सायन्स सीटी रोड, सोला, अहमदाबाद - 380060
फोन : +91-79-4805 1111 / 2771 2771-72
ईमेल : info@cims.org | www.cims.org



JCI (USA)



NABH



NABL
Certificate No. MC-3049



ACC
International
Centers Of Excellence

अम्बुलन्स : +91-98 24 45 00 00 | ईमरजन्सी : +91-97 23 45 00 00 | 24 X 7 मेडीकल हेल्पलाईन +91-70 69 00 00 00



सीम्स अस्पताल, अहमदाबाद

www.cims.org



उपलब्ध सुविधायें

- गुजरात की सबसे बड़ी प्राइवेट मल्टी-स्पेशियलिटी अस्पताल में से एक
- गुजरात का पहला हृदय प्रत्यारोपण केन्द्र (हार्ट ट्रान्सप्लान्ट सेन्टर)
- गुजरात में सबसे पहले में से एक - मरीजों में मल्टी ओर्गन फैल्यर के लिए ईक्मो (ECHO- Extracorporeal Membrane Oxygenation) ट्रीटमेन्ट
- भारत में सबसे पहले में से एक और गुजरात का पहला - टावी (TAVR - Transcatheter Aortic Valve Replacement - सर्जरी के बिना रोगग्रस्त वाल्व को बदलने की प्रक्रिया)
- गुजरात में पहला - डिजीटाईज्ड ओटी (ओपरेशन थीयेटर) और आईसीयू (ICUs)
- गुजरात में पहला - लंग और लीवर ट्रान्सप्लान्ट
- गुजरात में पहला - थैलेसीमिया के लिए पिडीयाट्रीक बॉर्न मेरो ट्रान्सप्लान्ट युनिट
- गुजरात का पहला विशेष प्रोग्राम में से एक - स्टेमी (STEMI - फास्ट हार्ट एटेक ट्रीटमेन्ट)
- पश्चिमी भारत का पहला एक्सक्लूसिव ट्रॉमा सेन्टर जिसमें एटीएलएस (ATLS) और बीएलएस (BLS) प्रोटोकॉल-आधारित ट्रॉमा प्रबंधन
- एशिया पैसिफिक में पहला - केन्सर रेडियेशन के लिए ईलेक्टा वर्सा एचडी (Elekta Versa HD)
- गुजरात में पहला - कार्लज़ीस पेंटेरो 900 माइक्रोस्कोप (Carlzeiss Pentero 900 Microscope)
- गुजरात में पहला - एमआरआई सिग्ना एक्सप्लोरर (MRI Signa Explorer)
- अत्याधुनिक - पेंटेक्स - गुजरात में पहला एचडी ईयूएस (EUS) / ईबीयूएस (EBUS) (जे १० सीरीज) बेहतर निदान के लिए एचडी ऑप्टिक्विस्टा प्लस प्रोसेसर के साथ।
- एडल्ट और पिडीयाट्रीक कार्डियोलॉजी केंद्र में पहला EPIQ CVxi स्ट्रुक्चरल हार्ट डिसेज़ / डिफेक्ट मैनेजमेन्ट केंद्रित



गुणवत्तायुक्त गोल्ड सील

जोइन्ट कमिशन इंटरनेशनल (JCI) - USA

अहमदाबाद शहर में मान्यता प्राप्त एक मात्र मल्टी-स्पेशियलिटी अस्पताल



सिम्स अस्पताल

ऑफ सायन्स सीटी रोड, सोला, अहमदाबाद - 380060

फोन : +91-79-4805 1111 / 2771 2771-72

ईमेल : info@cims.org | www.cims.org



JCI (USA)



NABH



NABL

Certificate No. MC-3049



ACC International Centers of Excellence

अभ्युलन्स : +91-98 24 45 00 00 | ईमरजन्सी : +91-97 23 45 00 00 | 24 X 7 मेडीकल हेल्पलाईन +91-70 69 00 00 00



सिम्स में सफलतापूर्वक संपन्न हुई 700 ग्राम वजन की नवजात के दिल की सर्जरी

सिम्स अस्पताल के डॉक्टरों की टीम ने 24 दिन की नवजात बच्ची की सर्जरी में किया कई चुनौतियों का पार ।

अहमदाबाद: एक अद्भुत और बेहद चुनौतीपूर्ण स्थिति में, एक प्रीमैच्योर (समय से पूर्व होने वाले बच्चे) 900 ग्राम के नवजात के हृदय की शल्य चिकित्सा स्थानीय सीआईएमएस में सफलतापूर्वक संपन्न हुई। 24 दिन की इस नवजात बच्ची के हृदय में विकार था जिसके लिए यह सर्जरी की गई।

इस नवजात बच्ची का जन्म मेहसाणा के खेरालु में हुआ था और इसे जन्म से ही 'पेटेंट डक्ट्स आर्टिरियोसिस' नामक हृदय विकार था। इस स्थिति में डक्ट्स आर्टिरियोसिस, जो कि सामान्यतः जन्म के समय बन्द हो जाता है, वह खुला रह जाता परिणामस्वरूप ऑक्सीजन युक्त खून शरीर में सर्क्युलेट होने की बजाय, वापस फेफड़ों की तरफ जाने लगता है।

यह नवजात, एंजिया (सांस में रुकावट) वाली स्थिति में आ गई थी और अचानक इसने सांस लेना बंद कर दिया था। सीम्स के पीडियाट्रिक कार्डियोलोजिस्ट डॉ. दिव्येश सादड़ीवाला ने इसका परीक्षण किया और सर्जरी के लिए रेफर किया ।

सिम्स में पीडियाट्रिक कार्डियक सर्जन, डॉ. शौनक शाह, ने बताया- "इस हृदय विकार को सुधारने के लिये, पीडीए लाईगेशन (ब्लड वेसल को बांधकर बन्द कर देना) सर्जरी की जरूरत होती है लेकिन इस केस में यह कई सारे कारणों से बहुत रिस्की थी। बेबी का जन्म समय से पहले हो गया था और उसका वजन बहुत कम था। उसका क्रिएटिनिन लेवल बहुत अधिक था जो कि किडनी के ठीक तरह से काम न करने की ओर इशारा कर रहा था। साथ ही बेबी में



कुछ संक्रमणों के लक्षण भी दिखाई दे रहे थे। सबसे महत्वपूर्ण बात यह थी कि जन्म से ही वजन कम होने से बेबी की स्थिति बहुत नाजुक हो गई थी। इसके बावजूद हमने पीडीए लाईगेशन सर्जरी की दिशा में आगे बढ़ने का निर्णय लिया क्योंकि यही एकमात्र विकल्प था।"

डॉ. शाह ने बताया कि शनिवार को बच्ची की पीडीए लाईगेशन सर्जरी सफलतापूर्वक संपन्न हुई। सिम्स की एनेस्थेसिया टीम का नेतृत्व डॉ. नीरेन भावसार, डॉ. हीरेन ढोलकिया, डॉ. चिंतन शेठ ने किया। सीआईएमएस के नियोनेटल एवं पीडियाट्रिक इंटेन्सिविस्ट, डॉ.अमित चितलिया भी नवजात का जीवन बचाने में सफल रही इस सर्जरी करने वाली टीम का हिस्सा रहे। बच्ची अभी रिकवर कर रही है। डॉ. अमित ने कहा- 'सिम्स में अब तक की गई सर्जरीज़ में यह नवजात सबसे कम वजन की और

संभावित रूप से सबसे छोटी बच्ची थी जिसका ऑपरेशन हमने किया। बल्कि शायद पूरे गुजरात में यह सबसे छोटी नवजात हो जिसकी कार्डियक सर्जरी की गई है।'

उल्लेखनीय है कि बाकी चुनौतियों के अलावा कम वजन वाले शिशुओं में हाइपोथर्मिया होने की भी आशंका होती है। इसका मतलब होता है शरीर के तापमान का अचानक कम हो जाना। यही कारण था कि सर्जरी टीम ऑपरेशन के दौरान एयरकंडीशनर भी चालू नहीं कर सकी। यही नहीं, नवजात को इंफेंट वॉर्मर पर ऑपरेट किया गया।

ये सभी अतिरिक्त चुनौतियां थीं। लेकिन टीम एफर्ट्स और सपोर्ट सिस्टम की वजह से हम इस काम में सफल हुए। यहां सिम्स फाउंडेशन के सहयोग का विशेष उल्लेख भी आवश्यक है, जो कि हमेशा से नवजात मरीजों की इस तरह की जान बचाने वाली सर्जरीज़ में मदद करता रहा है।' उन्होंने आगे कहा।



17th

हार्ट ट्रान्सप्लान्ट

SEPTEMBER 16, 2021



सिम्स अस्पताल, अहमदाबाद

सिम्स अस्पताल में मेडिकल टीम में नये डॉक्टर शामिल ।

सिम्स कैंसर सेन्टर



डॉ. हिरक व्यास

MBBS, MD(Radiation Oncology),
कन्सलटन्ट रेडियेशन ओन्कोलोजीस्ट

M: +91-96389 83814

hirak.vyas@cimshospital.org

सीम्स कार्डियाक सायन्स



डॉ. निकुंज व्यास

MS, MCh (CVTS)
कन्सलटन्ट कार्डियोवास्कुलर और
थोरासिस सर्जन

M: +91-73531 65955

nikunj.vyas@cimshospital.org

सीम्स न्यूरोलोजिस्ट



डॉ. धूमिल शाह

MBBS, MD (Internal Medicine),
DrNB (Neurology)

कन्सलटन्ट न्यूरोलोजीस्ट

M: +91-73595 98989

dhrumil.shah@cimshospital.org

सिम्स पेटोलोजी



डॉ. स्वाति सिंह

MBBS, DNB (Pathology)
कन्सलटन्ट पेटोलोजीस्ट

M: +91-91467 19290

swati.singh@cimshospital.org



डॉ. कजुमी गोंडलीया

MBBS, MD (Pathology)
कन्सलटन्ट पेटोलोजीस्ट

M: +91-98255 54778

kazumi.gondalia@cimshospital.org

अपोईन्टमेन्ट के लिए : +91-79-4805 1008 (M) +91-98250 66661

गुजरातमें अग्रेसर

सीम्स ट्रान्सप्लान्ट सेन्टर, अहमदाबाद

कुशल और अनुभवी ट्रान्सप्लान्ट की टीम के साथ

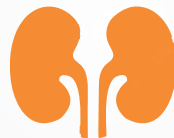
जहां होते हैं सभी ट्रान्सप्लान्ट, एक जगह....



हार्ट ट्रान्सप्लान्ट



लीवर ट्रान्सप्लान्ट



किडनी ट्रान्सप्लान्ट



लंग ट्रान्सप्लान्ट
(लायसन्स)



पीडियाट्रीक
बोर्न मेरो ट्रान्सप्लान्ट

मल्टी-सुपर स्पेशियलीटी होस्पिटल एक जगह सभी निदान

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

Published 20th of every month

Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 26th to 30th of every month under
Postal Registration No. GAMC-1730/2019-2021 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2021
Licence to Post Without Prepayment No. PMG/HQ/088/2019-21 valid upto 31st December, 2021

If undelivered Please Return to :

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall,

Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

Ph. : +91-79-4805 1111 / 2772 2771-75

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. ली. के नाम से और आपका नाम और पुरे पते के साथ हमारी ऑफिस हृदय और धड़कन डिपार्टमेन्ट, सीम्स अस्पताल, शुक्न मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद - 380060 पर भेज दे । फोन नं. : +91-79-4805 2823

सिम्स अस्पताल, अहमदाबाद

20th

TAVI

OCTOBER 2021

ट्रान्सकेथेटर अेओर्टीक वाल्व ईम्प्लान्टेशन



Balloon Expandable Valve



Self Expanding Supra-Annular Valve

सर्जरी के बिना रोगग्रस्त वाल्व को बदलने की प्रक्रिया

गुजरात में सब से ज्यादा

अस्पताल में 100 % सफलता

भारत में अग्रेसर हृदयरोग सार्वार टीम

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

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