Price ₹ 5/-

हृदय और धड़कन

वर्ष-10, अंक-113, मई 20, 2019

कार्डियोलॉजिस्ट

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

पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजीस्ट

डॉ. कश्यप शेठ	+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. अमित चंदन	+91-96990 84097

पिडियाट्रिक और स्ट्रकचरल हार्ट सर्जन

डॉ. शौनक शाह	+91-98250 44502

कार्डियोवास्क्युलर, थोरासीक और थोराकोस्कोपीक सर्जन

डॉ. प्रणव मोदी	+91-99240 84700

कार्डियाक एनेस्थेटिस्ट

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

कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलोजीस्ट

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

निओनेटोलोजीस्ट और पीडियाट्रीक इन्टेन्सीवीस्ट

डॉ. अमित चितलीया	+91-90999 87400

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

धमनियों के अन्दर की शुष्कता

धमनियों में जो चरबी और क्षार जम जाते हैं, उसे एथरोस्क्लेरोसिस (Athero-sclerosis) कहते हैं। यह बढ़ती हुई उम्र के साथ होने वाली एक स्वभाविक प्रक्रिया है। इसमें चरबी, कोलेस्ट्रोल, रक्तकोष आदि धमनियों की अन्दर की सतह पर जमा हो जाने के कारण धमनियाँ कठोर और संकरी हो जाती हैं। समस्त व्यक्तियों में बचपन से ही यह प्रक्रिया शुरु हो जाती है, पर यह क्रिया कुछ व्यक्तियों में धीरे-धीरे और कुछ व्यक्तियों में शीघ्रता से आगे बढ़ती है। जब ऐसा हृदय की धमनियों में होता है, तब उस व्यक्ति को दिल का दौरा पड़ने की सम्भावना हो जाती है।

एथरोस्क्लेरोसिस (Atherosclerosis) से बंद होती धमनी का दृश्य

उपरोक्त धमनी का अवरुद्ध दृश्य

इस चरबी की परत धीमे-धीमे जमती जाती है और धमनी के अन्दर रक्त के बहने की जगह कम होती जाती है, जिससे हृदय को पूरी मात्रा में रक्त मिलना बंद हो जाता है। रोगी की छाती में दर्द होता है और घबराहट होती है। इसे एन्जाईना कहते है। शुरु में परिश्रम करने से (जैसे ज्यादा वजन उठाने से अथवा सीढ़ियाँ चढ़ने से) दर्द होता है। तत्पश्चात् धमनी के अन्दर चरबी की और रक्तकणों की परत जम जाने से धमनी के अन्दर कम हुई जगह में और कमी हो जाती है। यदि धमनी के अन्दर की जगह पूरी तरह से भर जाये तो उस व्यक्ति को दिल का दौरा पड़ता है।

धीरे-धीरे बढ़ता हुआ अवरोध ज्यादा अच्छा

हृदय की धमनी धीरे-धीरे बंद होती है तो ज्यादा अच्छा होता है क्योंकि ऐसा होने से वैकल्पिक धमनियाँ (वैकल्पिक आर्टरीज़) अपने आप कार्यरत हो जाती हैं और रक्त से वंचित भागों को रक्त पहुंचाने की क्रिया जारी रहती है।

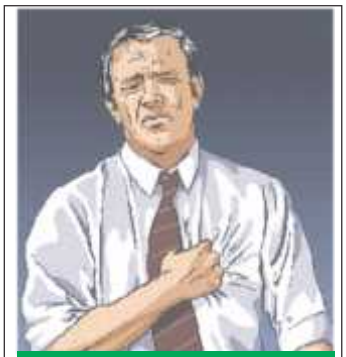
कभी-कभी हृदय की धमनी के अन्दर रक्त चाप बढ़ने के कारण, तनाव से, तम्बाकू में होने वाले निकोटिन से अथवा अधिक क्रोध से जमी हुई चरबी का छोटा-सा टुकड़ा टूट जाता है और धमनी अचानक बंद हो जाती है। इस प्रकार की घटनाओं के कारण अचानक दिल का दौरा पड़ जाता है जो गम्भीर हो सकता है। एथरोस्कलेरोसिस भले ही दूर न किया जा सके, पर रक्त में चरबी की मात्रा को सीमित रखकर उसे बढ़ने से रोका जा सकता है।

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

CIMS® CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES Earning Trust with World-Class Practices

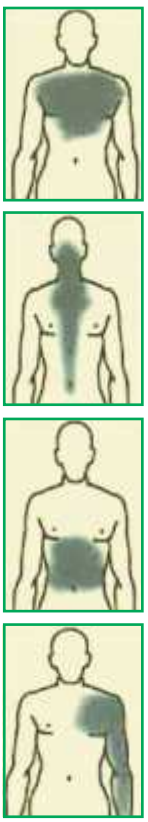
बंद नलियों का परिणाम, एन्जायना

बारबार होने वाले छाती के दर्द और घबराहट को 'एन्जायना पेकटोरिस' के नाम से जाना जाता है। सामान्य रुप से यह थोड़ी देर ही रहता है। ज्यादातर लोगों में यह छाती के बीच में, पसलियों के पीछे होता है।



एन्जायना : असह्य दर्द,

एन्जायना यानि छाती में भार,तंगी महसूस होना, बहुत ज्यादा दर्द, जलन, दबाव अथवा दम घुटता हो ऐसा महसूस होना। कभी–कभी तो यह दर्द बांह, गले और जबड़े तक फैल जाता है। जिससे कंधे, बांह और कलाई में संवेदन शून्यता भी आ सकती है।



एन्जायना शरीर के उपरोक्त भागों में हो सकता है।

कुछ लोगों में दर्द की तीव्रता कम होती है और लम्बे समय तक भी चलती है, और छाती के सिवाय अन्य जगह जैसे कंधा, जबड़ा अथवा पीठ में होती है। एन्जायना में कुछ रोगियों का साँस चढ़ जाता है और चक्कर आते हैं।

एन्जायना का कारण है रक्त की सप्लाई में कमी होना और जिसके कारण ऑक्सीजन और पोषण तत्वों की भी कमी होता है। जब हृदय में ऑक्सीजन की जरुरत बढ़ती है तो उस समय ऑक्सीजन पहुँचाने में वे रक्तवाहिनियां असमर्थ होती हैं। कसरत करने से अथवा खुशी के कारण आवेश में आने से एन्जायना ज्यादा बढ़ जाता है।

धीरे धीरे होने वाली प्रगति

एन्जायना और दिल के दौरे में दोनों रोगों की जड़ एक जैसी ही होती है यानि हृदय को सम्पूर्ण रक्त नहीं मिलता, फिर भी दोनों रोगों में अन्तर है।

एन्जायना : रक्त की अस्थायी कमी

जब हृदय को ज्यादा काम करना पड़ता है, तब उसे ज्यादा रक्त की जरुरत पड़ती है। एन्जायना में रक्तवाहिनियाँ अन्दर से संकरी हो जाती हैं जिससे इसमें से बहने वाले रक्त के लिए जगह घट जाती है। इस के कारण थोड़ा श्रम करने से अथवा थोड़ी कसरत करने से हृदय को जरुरत से कम रक्त मिलता है। इस कारण छाती में घबराहट और दर्द होता है। परंतु इससे हृदय की मांसपेशियों को कोई भी स्थायी नुकसान नहीं पहुंचता है।

दिल का दौरा; रक्त की अचानक व स्थायी कमी

कभी-कभी हृदय की एकाध धमनी में अवरोध आ जाने से हृदय के किसी भाग को रक्त की सप्लाई अचानक बंद हो जाती है। सामान्य भाषा में इसे दिल का दौरा कहते हैं। इससे होने वाले छाती के दर्द में बहुत अधिक तीव्रता होती है और लम्बे समय तक चलती है। दिल का दौरा पड़े और उसका इलाज तुरन्त न किया जाय तो हृदय को हमेशा के लिए नुकसान पहुंचता है और संभवतः मृत्यु भी हो सकती है।

स्थिर (स्टेबल) व अस्थिर (अनस्टेबल) एन्जायना

एन्जायना के दो प्रकार होतें हैं स्थिर एन्जायना व अस्थिर एन्जायना,

- स्थिर (स्टेबल) एनजायना में आराम करने से या दवा लेने से आराम मिलता है।
- अस्थिर (अनस्टेबल) एन्जायना में बार बार छाती में दर्द व घबराहट हाती है व काफी लम्बे समय तक चलती है और दवा लेने के बाद भी पूरा आराम नहीं मिलता है।

कभी कभी स्थिर एन्जायना अस्थिर एन्जायना में परिवर्तित हो जाता है और रोगी की हालत ज्यादा बिगड़ जाती है।

एन्जायना का निदान किस तरह होता है?कई बार निदान पहले हुई तकलीफ व उसके लक्षणों से किया जा सकता है। कई बार शरीर की जांच इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम (ई.सी.जी .) और स्ट्रेस टैस्ट (ट्रेडमिल) से पता चलता है।

कभी–कभी ही ऐसा होता है कि एन्जायना का निदान पहले हुई तकलीफ, लक्षण, ई.सी.जी. और स्ट्रैस टैस्ट से भी नहीं हो सके, इस प्रकार के केस में डोब्युटामाइन स्ट्रेस ईको या थेलियम स्केन किया जाता है।

इन दोनो जांचों में हृदय को मिलते रक्त की कमी के विषय में सूचना मिलती है।

पर हृदय की रक्तवाहिनियों का साक्षात (live) चित्रण (कोरोनरी एन्जियोग्राफी) सबसे अच्छी जांच कहलाती है, इसमें एक्स-किरणों (X - Rays) के चित्रों की मदद से हृदय की धमनियों में चलती दवा दिखती है और कोई धमनी सिकुड़ गई हो तो वो भी साफ - साफ दिखती है।

हर वर्ष की तरह पप्पूभाई की जांच के दौरान डॉक्टर ने उन्हें खिड़की में से टेढ़ा होकर जीभ बाहर निकालने को कहा.

'मुझे हर साल आप ऐसा करने को कहतें है, पर अब तक मुझे पता नहीं चला है कि ऐसा मुझे क्यूं करना पड़ता है?' पप्पूभाई ने पूछा।

'इसका कोई खास कारण नहीं है,' डॉक्टर ने कहा 'सामने की ऑफिस वाला डॉक्टर मुझे अच्छा नहीं लगता, इसलिए मैं सबको उसके सामने जीभ निकालने का कहता हूं।

केथलेब
(Cardiac Catheterisation Laboratory)
सर्वोत्तम तकनीक

एन्जायना का इलाज

(अपने डॉक्टर की सलाह के अनुसार लें)

नाइट्रोग्लिसरीन (नाइट्रेट्स) एन्जायना में आराम देने के लिए एक उत्तम दवा है। यह हृदय की धमनियों को चौड़ा कर रोगी को आराम देती है, यह, जीभ के नीचे रखकर पिघलने वाली छोटी-छोटी गोंलिओं के रूप में मिलती हैं। यह गोलियां सस्ती व असरदार है। यह दवाईयां जितनी ताजी हो उतना अच्छा हो। एन्जायना के रोगी को इन दवाईओं को सदा अपने पास रखना चाहिए। इसकी मात्रा डॉक्टर की सलाह अनुसार ही लें। कुछ नाइट्रेट्स सटकी भी जा सकती है और इनका असर लम्बे समय तक रहता है।

एन्जायना की सम्भावना वाले किसी भी काम, जैसे कि तैरना (स्वीमिंग), तेज चलना, आदि को करने से पहले एक

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

गोली लेना लाभदायक है। अगर हर ५ मिनट में एक गोली (या १५ मिनट में ३ गोली) लेने से भी एन्जायना में आराम नहीं मिले, तो जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी किसी नजदीकी अस्पताल के आपात्कालीन सेवा विभाग में भर्ती हो जाना चाहिए।

नाइट्रोग्लिसरीन के अलावा एन्जायना के रोगियों को एस्परिन और क्लोपिडोग्रेल भी दी जाती है। इसके अलावा स्टेंटीन्स, बीटा - ब्लोकर तथा चेनल ब्लोकर प्रकार की दवाएं भी एन्जायना में उपयोग में ली जाती है।

यदि दवाईओं से एन्जायना में आराम न हो तो आपके डॉक्टर आपको एनजियोग्राफी और बाद में एन्जियोप्लास्टी अथवा बाय-पास सर्जरी (इसके विषय में जानकारी बाद में) कराने की सलाह देंगे।

एक रोगी हैं रंजन बहन। थोड़ा ज्यादा चलने से उनका पैर सूज गया। डॉक्टर को फीस न देनी पड़े इस कारण से रंजन बहन ने डोक्टर से फोन पर अपने सूजे हुए पैर के लिए सलाह मांगी।

जांच किए बिना रोगी को दवा नहीं दी जानी चाहिए, इसलिए डॉक्टर ने उन्हें गरम पानी में पांव रखने का कहा।

गरम पानी से रंजन बहन को फायदा नहीं हुआ, उनके पैर ज्यादा सूज गए और दर्द भी बढ़ गया। उनको लंगड़ाता देख उनकी काम वाली बाई ने उन्हे ठंडे पानी में पांव रखने को कहा, और इससे उन्हें फायदा हुआ। उन्होंने तुरंत डॉक्टर को फोन किया, 'आप किस तरह के डॉक्टर हैं? आपने तो मुझे गरम पानी में पांव रखने को कहा था और इससे सूजन बढ़ गई। मेरी काम वाली बाई ने मुझे ठंडे पानी में पांव रखने की सलाह दी और मुझे आराम पड़ गया।'

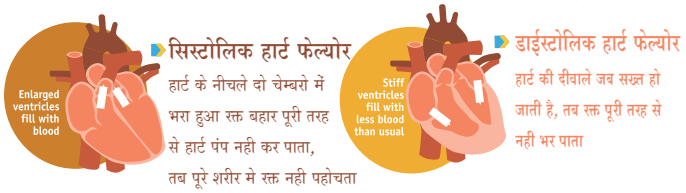
'ओ हो! मुझे तो पता ही नहीं चलता कि ऐसा कैसे हो सकता है, मेरी काम वाली बाई ने तो साफ - साफ कहा था कि गरम पानी में ही पांव रखने चाहिए!' डॉक्टर ने स्पष्ट किया।

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

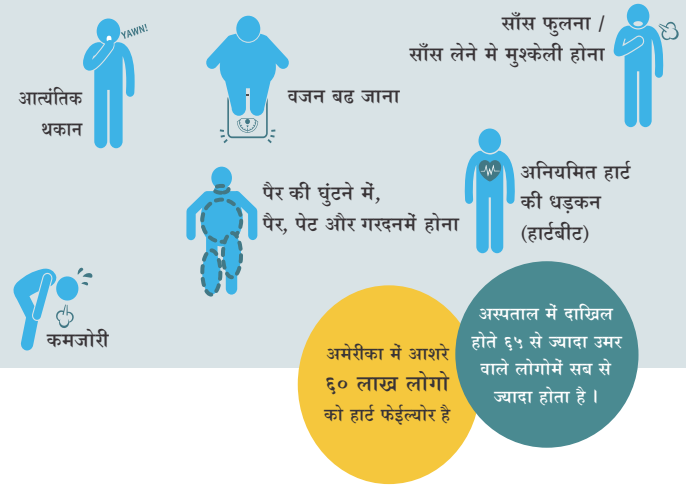
हार्ट फेईल्यर

हार्ट फेईल्योर क्या है ?

हार्ट की यह तकलीफ हार्ट रक्त को कैसे पंप करता है उस से संबंधित है



हार्ट फेईल्युर के लक्षण क्या है ?



हार्ट फेईल्योर के कारण क्या है ?

Courtesy : CardioSmart American College of Cardiology

सीम्स अस्पताल की मेडिकल टीम में शामिल हुए नये डॉक्टर

सीम्स केन्सर

डॉ. वत्सल एन. कोठारी
DNB (Plastic Surgery),
MCh, MS (General Surgery), MBBS
माईक्रो वास्क्युलर ओन्को
रीकन्सस्ट्रकटीव प्लास्टीक सर्जन
मो.+91 8692987753
vatsal.kothari@cimshospital.org

डॉ. महावीर तडैया
MBBS, MS, M.Ch
ओन्को सर्जन
मो.+91 99099 27664
mahavir.tadaiya@cimshospital.org

डॉ. मीता मांकड
MBBS, MD, MCh - Teacher
(Gynaec - Oncology)
गायनेकोलोजीक ओन्कोलोजीस्ट
मो. +91 98250 24913
meeta.mankad@cimshospital.org

सीम्स ओर्थोपेडीक

डॉ. पार्थ पारेख
MBBS, DNB
Consultant Orthopaedic
Foot & Ankle Surgeon
मो. +91 97123 00124
parth.parekh@cimshospital.org

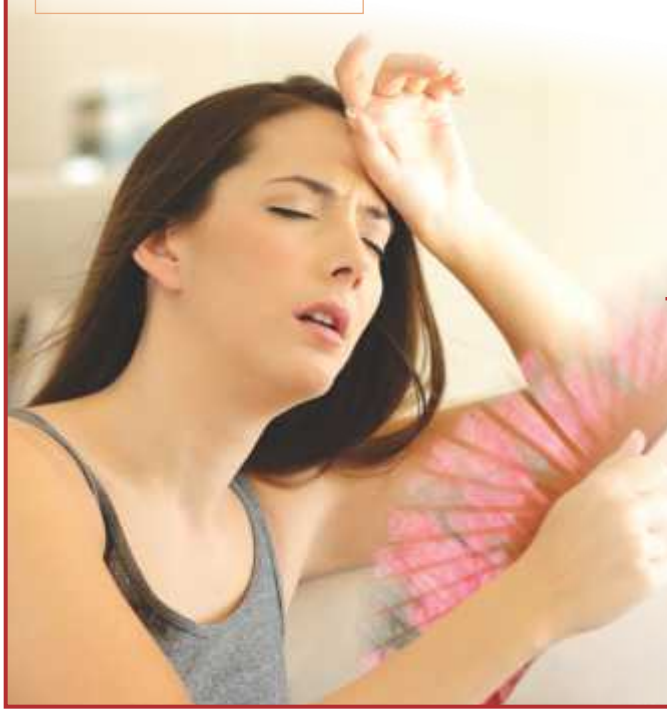
डॉ. प्रवीण सारदा
FRCS (Trauma & Orthopaedics), UK
Fellow, European Board of
Orthopaedics and Traumatology (FEBOT)
MBBS, MS (Ortho), Dip. SICOT (Gold Medalist)
ओर्थोपेडीक सर्जन (कंधा एवं कोनी)
मो. +91 77420 89371
praveen.sarda@cimshospital.org

सीम्स न्यूरो सर्जरी

डॉ. प्रशांत पटेल
MBBS, MS, DNB (Neuro Surgery)
M.Ch (Neuro Surgery)
न्यूरो सर्जन एवं स्पाईन सर्जन
मो. +91 98254 55595
prashant.patel@cimshospital.org

एपोईन्टमेन्ट के लिए संपर्क करे : +91 98250 66661, +91-79-3010 1008

CIMS
HAPPY HEALTH



गर्मी से ना डरे

गरमी से कैसे बच सकते है ?

- ज्यादा पानी, छाश एवं अन्य लिक्वीड लेगे
- लंबे समय तक धूपमें नही रहेगे
- हलके रंग के कपडे पहेनेगे
- ठंडकवाली जगह पर आराम करेगे
- फल और शब्जी खाओ, जिसमें पानी मात्रा ज्यादा हो जैसे के तरबूच, सक्कर टेटी, आम ईत्यादी

लू लगने (हीट स्ट्रोक) के लक्षण

- गरमी से होने वाली गमोरीया
- ज्यादा पसीना होना एवं अशकित जैसा लगना
- सिरदर्द, चककर आना
- त्वचा लाल, सूकी एवं गरम हो जानी
- स्नायुओ में दर्द एवं अशकित
- उबका एवं उल्टी होनी

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

सीम्स होस्पिटल

जब ईमरजन्सी, तब सीम्स

जल्द ईलाज, सही ईलाज

गुजरात की सब से बड़ी ईमरजन्सी टीम मे से एक

ओर्थो - ट्रोमा एवं पोली ट्रोमा	
डॉ. प्रणव ए. शाह	+91-99798 95596
डॉ. कृणाल पटेल	+91-97235 53665
डॉ. समीप शेठ	+91-98334 94466

न्यूरो सर्जरी	
डॉ. देवेन जवेरी	+91-98242 80706
डॉ. टी.के.बी. गणपथी	+91-98795 26241
डॉ. प्रशांत पटेल	+91-98254 55595
डॉ. पूर्व पटेल (विजीटींग)	+91-99099 89428

क्रिटीकल केर	
डॉ. भाग्येश शाह	+91-90990 68938
डॉ. विपुल ठक्कर	+91-98254 88220
डॉ. गौतम प्रजापति	+91-98248 97958

वास्क्युलर एवं थोरासीस सर्जरी	
डॉ. प्रणव मोदी	+91-99240 84700
डॉ. सृजल शाह (विजीटींग)	+91-91377 88088

ईन्फेक्शीयस डीसीज	
डॉ. सुरभी मदन	+91-97129 71863

मेक्सिलोफेशीयल एवं प्लास्टीक सर्जरी	
डॉ. वत्सल कोठारी	+91-86929 87753
डॉ. रीधम महेता	+91-76000 11241
डॉ. अंकिता मीढा	+91-84696 44089

जनरल सर्जरी एवं एब्डोमीनल ट्रोमा	
डॉ. जीगर शाह	+91-98240 81719
डॉ. चिराग शाह	+91-98244 39793
डॉ. मनिष गांधी (GI सर्जरी)	+91-90996 55755

एम्ब्युलन्स : +91-98 24 45 00 00 | ईमरजन्सी : +91-97 23 45 00 00

24 X 7 मेडीकल हेल्प लाईन+91-70 69 00 00 00

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

"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. : +91-79-2771 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 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

बेस्ट मल्टीस्पेश्यालिटी होस्पिटल ऑफ द ईयर 2019, गुजरात

INTERNATIONAL HEALTHCARE AWARDS

सीम्स होस्पिटल (NABH और JCI International Gold Seal - प्रमाणित) को **'इंटरनेशनल हेल्थकेयर अवार्ड्स एंड कोन्फरन्स, 2019' में बेस्ट मल्टीस्पेश्यालिटी होस्पिटल ऑफ द ईयर 2019, गुजरात** अवार्ड से सम्मानित किया गया है,

जो दिग्गज क्रिकेटर श्री सुनील गावस्कर द्वारा पुरस्कृत किया गया।

हम इस पुरस्कार को अपने पेशेंट्स के विश्वास और हमारे सीम्स परिवार के निस्वार्थ समर्पण को समर्पित करते है।

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

JCI (USA) NABH NABH ER ACC International Centers Of Excellence

CIMS CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES Earning Trust with World-Class Practices