

हृदय और धड़कन

वर्ष-9, अंक-106, अक्टूबर 20, 2018



CIMS

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



Price Rs. 5/-

कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. राख गुप्ता	+91-99250 45780
डॉ. चिनीन सांग्राला	+91-99250 15056
डॉ. चिपल कपूर	+91-98240 99848
डॉ. तेजस बी. पटेल	+91-89403 05130
डॉ. गुणवंत पटेल	+91-98240 61266
डॉ. केतूर परीख	+91-98250 66664
डॉ. मिलन चन	+91-98240 22107
डॉ. रमिल शाह	+91-98250 66939
डॉ. हेमांग प्रसू	+91-98250 30111
डॉ. अनिश चंदाराणा	+91-98250 96922
डॉ. अजय नाईक	+91-98250 82666

कार्डियक सर्जन

डॉ. धीरज शाह	+91-98255 75933
डॉ. धवल नायक	+91-90991 11133
डॉ. अमित चंदन	+91-96990 84097

पिडियाट्रिक और स्ट्रुक्चरल हार्ट सर्जन

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

कार्डियोवास्कुलर, थोरासीक और

थोराकोस्कोपीक सर्जन

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

कार्डियाक एनैस्थेसिस्ट

डॉ. चिनन शेट	+91-91732 04454
डॉ. निरन भावसार	+91-98795 71917
डॉ. हिरेन धोलफिया	+91-95863 75818

पिडियाट्रिक कार्डियोलॉजिस्ट

डॉ. करण शेट	+91-99246 12288
डॉ. शिवेश साहसीबता	+91-82383 39980
डॉ. मिलन चन	+91-98240 22107

निओनेटोलॉजिस्ट और

पीडियाट्रिक इन्टेन्सिविस्ट

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

कार्डियाक इलेक्ट्रोफिजियोलॉजिस्ट

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

शुभ दिपावली



सीम्स अस्पताल सभी वाचको को दिवाली की शुभ कामनाएँ देता है। नये साल में आपका स्वास्थ्य तंदुरुस्त रहे ऐसी आशा के साथ...

- सीम्स परिवार

मोटापा (ओबेसिटी)

शरीर में अत्यधिक मात्रा में चर्बी होती है, तो इस स्थिति को मोटापा कहते हैं। इस के तीन प्रकार होते हैं।

- हल्का मोटापा – सामान्य वजन से २० से ४० प्रतिशत अधिक वजन
- मध्य मोटापा – सामान्य वजन से ४० से १०० प्रतिशत अधिक वजन
- अत्यधिक मोटापा – सामान्य वजन से १०० प्रतिशत से अधिक वजन

शरीर के आदर्श वजन का आधार लम्बाई, शरीर का कद (built), माप, और जाति पर आधारित हैं। आदर्श वजन का चार्ट बनाया गया है।

मोटापा और उच्च रक्त चाप

मोटे लोगों का रक्त चाप ऊंचा रहता है। उच्च रक्त चाप से हृदय के कार्य पर जोर पड़ता है। अत्यधिक दबाव के कारण हृदय को मांसपेशियाँ मोटी हो जाती हैं। इस कारण हृदय के सिकुड़ने के कार्य पर विपरीत असर होता है और हृदय का सामान्य काम-काज ठीक से नहीं होता।

उच्च रक्त चाप के कारण हृदय पर पड़ने वाले अत्यधिक दबाव को वजन घटाकर सुधारा जा सकता है साथ ही कई बार दवाई की जरूरत भी पड़ती है।

मोटापा और डायबिटीज़

मोटापे के कारण डायबिटीज़ होने की संभावना बढ़ जाती है और डायबिटीज़ से हृदय रोग और उच्च रक्त चाप की संभावना बढ़ जाती है।

मोटापा और हृदय के रोग

जिस प्रकार शरीर का वजन बढ़ता है शरीर में रक्त संचार की मात्रा भी बढ़ जाती है। अत्यधिक वजन के कारण आरम के समय भी हृदय को काम करना मुश्किल पड़ता है। हृदय के (वेन्यूकलस) खींचकर चौड़े हो जाते हैं।

मोटापे के कारण अन्य तकलीफें

बहुत से मोटे लोगों को श्वास की तकलीफ होती है – विशेष रूप से जब वे सोते हैं। मोटे पेट के कारण डायफ्राम (पेट और छाती के बीच वाले स्नायु) के काम में रुकावट आ जाती है।

इस आहार के फायदा	यह आहार करने करो
दूध	मलाई बिना का दूध
पालक पत्तेर	उपरी खजियाँ
कूटमलार (सबुकर वाला)	पूरा फल जिल्लके के साथ
प्रेस टोस्ट	वैकेशन सेक्रेटिव
ओमलेट	उपचय अंडा
नस्सो	फाल्स छाछ
केक	सोती खेड
गजर या हलवा	गजर का सलाह
आवजनीम	फलों का सलाह
बटर मिन	सादी मिन
गोसा	इहली



इतना सब खाओ



और वजन कांटे से घबराओ

क्या मोटापे के कारण दिल का दौरा पड़ सकता है?

मोटापा कोरोनरी हृदयरोग के साथ से संबंधित एक खूब खतरनाक तत्व है। मोटापे के कारण दिल का दौरा पड़ सकता है।

वजन बढ़ने के कारण

- वंशानुगत कारण। (hereditary)
- भोजन की आदतें। (eating habits)
- शारीरिक श्रम।
- एन्डोक्राइन (हॉर्मोन्स) फेक्टर।
- चोट।
- तमूद्धि
- घुरो आदतें

अधिक वजन नापने के मापदंड

- ऊँचाई के अनुरूप शरीर का वजन
- बोडी मास इंडेक्स (बी.एम.आई)
- कमर से कूल्हों का रेशियो।
- डेन्सिटी मेथड।
- बॉडी कंपोजिशन एनालिसिस

नोट : प्रत्येक व्यक्ति का शरीर

उसका मेटाबोलिज्म, खाने - पीने की आदतें, शारीरिक परिश्रम और खाने की पसंद अलग - अलग होती है। इसलिए प्रत्येक व्यक्ति के डाइट प्लान भी अलग - अलग होते हैं। आप वजन कम करने के लिए अपने डॉक्टर या डायटीशियन को सलाह ले सकते हैं, जिससे किसी प्रकार की कमजोरी महसूस नहीं हो इस प्रकार आप बहुत वजन कम कर सकते हैं और एक स्वस्थ जीवन जी सकते हैं।

मोटापा किस प्रकार कम किया जाय

वजन घटाने के लिए खाने में अप कितनी मात्रा में और किस प्रकार का खाना खाते हैं, इस बात को नियंत्रण में रखने का समावेश होत है। अर्थात् कम कैलरी वाला भोजन खाना और चरबीवाले अथवा ज्यादा



नर्स ने मिसेज देसाई को हृदय की दवाएं दी।

श्रीमती देसाई ने नर्स को कहा, 'मेने कुछ समय पहले पढ़ा हे कि हॉस्पिटल में हृदयरोग के एक रोगी की गलत दवा दिए जाने पर मौत हो गई।'

नर्स ने हंस कर कहा श्रीमती देसाई शांत रहिए, हमारे हॉस्पिटल में आप जब हृदयरोग के साथ आई हैं तब इस बात का इम्पिनान रहिगया कि, आप गलत दवाओं से नहीं मरेंगी, परन्तु हृदयरोग से ही मरेंगी।'



कैलरी वाले भोजन को टालना चाहिए।

वजन घटाने के लिए आदतों में बदलाव बहुत जरूरी है, जिसमें निम्न बातों का समावेश होता है

- आपको स्वयं के स्वास्थ्य को समझ
- पोष्टिक भोजन की आदतें
- अपने बनाए हुए कार्यक्रम का अनुसरण करने पर इनाम की योजना
- रोजाना के शारीरिक श्रम में बढ़ोतरी

वजन कम करने के लिए भोजन में पूर्ण पोषण उपलब्ध करना, अलग अलग प्रकार का अच्छा भोजन लेना और कैलरी में कमी करना बहुत जरूरी है। यह काम चरबी की मात्रा को नियंत्रित करने से (खास तौर से एक ही प्रकार की चरबी का भोजन में उपयोग कम करने से) होता है। गर्भवती महिलाओं को वजन कम करने का प्रयास नहीं करना चाहिए।

वजन कम करने का सबसे असरदार उपाय है खाने में परिवर्तन करना एवं शारीरिक परिश्रम को ऐसी आदतें जो बाकी की जिंदगी में निभाई जा सके, उनको अपने जीवन में समावेश करना। अच्छे से अच्छा भोजन जो आपका वजन धीरे-धीरे पर समान रूप से कम करे, एवं जिससे आपको आपका वजन कम करने का लक्ष्य प्राप्त हो वही भोजन उचित है। आपके स्वास्थ्य सलाहकार से वजन घटाने का सुरक्षित, स्वस्थ तथा असरकारक कार्यक्रम पृष्ठें।



स्वस्थ के लिए
हानिकारक आहार

वजन कम करने के लिए आहार का चुनाव

आहार के लिए एक डायरी रखें। आप जो कुछ भी खावें अथवा पीयें वह उसमें लिख लें। इसके लिए जब में रखने वाली छोटी डायरी काफी मददगार साबित होगी। आप जो कुछ भी खावें और पीयें, डायरी आपके खाने की आदतें और भोजन शैली की जानकारी देने में मदद करेगी।

वजन को स्वस्थ तरीके से कम करने के लिए निम्नलिखित नियमों का पालन करें

- असंश्लित सब्जी व सलाद का महत्व उपयोग करें



- अगर आप मौसमारी हैं तो निम्न आहार उपयुक्त रहेगा सिका हुआ और उबला हुआ मीट, मछली और मुर्गी
- तैयार किया हुआ सलाद जिसमें तेल का बिल्कुल उपयोग नहीं हुआ हो

हररोज, पर सीमित मात्रा में उपयोग करें

- कम चरबी (छद्म) व बिना मलाई का दूध, पनीर और दही
- दालें (मसूर को दाल, मटर, मूँड़ के दाने)
- कच्चे फल

निम्नलिखित वस्तुओं का उपयोग कम से कम करें

शुद्ध कार्बोहाइड्रेट (शक्कर, शक्कर उपयोग में लिए गए पदार्थ, शुद्ध अनाज को उपज, यानि कि सफेद चावल, सफेद आटा, मैदा इत्यादि।) इसके अलावा ऐसे कई कारण हैं जो हृदयरोग के लिए खतरनाक कारण बन सकते हैं।

निम्न वस्तुओं का उपयोग टालना

- बराबर फैटो हुई चरबी जैसे मक्खन
- मार्जरीन और मॉस पर चढ़ी हुई चरबी
- मिठाई, केक, चोच
- तले हुए व्यंजन
- प्रोसेस्ड किया हुआ मांस

कैलरी कैसे गिनें?

कैलरी भोजन में से मिलती ऊर्जा का मूल्य बताने वाला नाप है। आपका शरीर शारीरिक कार्यों को करने के लिए कैलरी का उपयोग करता है। प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट व चरबी वाली खाद्य पदार्थों में से कैलरी मिलती है। वजन कम करने के लिए आप जिस भोजन को खाते हैं उसमें से पोषक तत्वों को कम किए बिना कैलरी की मात्रा कम करें, और शारीरिक श्रम बढ़ा कर कैलरी नष्ट करना शुरू करें।

प्रतिदिन ५०० कैलरी कम खाने से एक सप्ताह में १ पाउंड वजन



कम होत है।

एक व्यापारी की पत्नी के पांव की हड्डी टूट गई। व्यापारी ने शहर के सबसे होशियार ओर्थोपेडिक सर्जन के पास टूटी हुई हड्डियों को जोड़ने के लिए स्कू रखवाकर ऑपरेशन करवाया। ऑपरेशन सफल रहा। और डॉक्टर ने व्यापारी को ११,००० रुपये का बिल पकड़ा दिया।

व्यापारी को बिल बहुत अधिक लगा और वह गुस्से हो गया। उसने डॉक्टर से प्रत्येक वस्तु का व्योरेवार बिल भेजने को कहा डॉक्टर ने निम्न व्योरे से बिल भेजा

- स्कू १ ना : १००/-
- स्कू किस तरह रखना ये जानने के और अनुभव के : १००/-
- एनेस्थेसिया (बेहोश करने का) : १०००/-
- एनेस्थेसिया के बाद वापस होश में लाने का : १०००/-

व्यापारी ने तुरंत पैसे चुका दिए।

एक सप्ताह में एक अथवा डेढ़ पाउंड (अधिक से अधिक २ पाउंड) वजन घटाया जा सकता है। अगर इससे अधिक वजन घटाना शुरू किया तो चरबी की बजाए स्नायु घटने शुरू हो जाएंगे, जो हानिकारक है।

अधिकतर आहार विशेषज्ञ वजन कम करने के लिए प्रतिदिन स्त्रियों के लिए १२०० से १५०० कैलरी व पुरुषों के लिए १५०० से १८०० कैलरी लेने की सलाह देते हैं। आपको एक दिन में कितनी कैलरी की आवश्यकता है, इसके लिए अपने स्वास्थ्य स्लाहकार अथवा अपने अहार विशेषज्ञ की सलाह लें।

आप जिस मात्रा में वजन घटाते हैं वह आपके शरीर के मेटाबोलिज्म (मृदुहृदयवाचक) की मात्रा पर निर्भर करता है। वह मात्रा आपके शरीर की प्राथमिक शारीरिक क्रियाओं के लिए आहार द्वारा उपयोग में ली जाने वाली शक्ति के आधार पर निर्भर करती है। मेटाबोलिज्म शारीरिक क्रियाओं के द्वारा बढ़ाया जा सकता है।

वजन कम करने वाले आहार लेने के प्रारम्भ में शोषण से वजन कम होना शुरू होता है, क्योंकि यह शरीर में एकत्रित अतिरिक्त जल को अलग करता है।



आप जब भोजन कर रहे हों तब आराम से बैठ कर खाएं। फोन व टीवी जैसे अस्वस्थ करने वाले उपकरणों का उपयोग टालें। भोजन संपूर्ण चबाकर खाने से पाचन क्रिया में मदद मिलती है।

दिन में तीन बार संपूर्ण भोजन करने से अच्छा है छोटे-छोटे आहार अनेक बार लेना। आपको हर ४ से ५ घंटे के अन्तर से भोजन करना चाहिए, यह रक्त में शक्कर की मात्रा को नियंत्रण में रखता है, और भूखा रहने के अहसास में मदद करता है। भोजन मिठाई के स्थान पर एक फल के टुकड़े से समाप्त करें।

नप के लिये गये भोजन में भी कम से कम मात्रा में आहार लेना चाहिए।



लोकप्रिय आहार

लोकप्रिय आहार कई बार खतरनाक हो सकते हैं, उन्हें कई समूहों में विभाजित किया जा सकता है।

- अधिक प्रोटीन वाले आहार
- निश्चित खुराक वाले आहार
- कैलरी - जागृति के व्यवसायिक कार्यक्रम

अधिक प्रोटीन वाले आहार में प्रारम्भ में शीघ्रता से वजन कम होता है। ऐसे आहार में अधिक प्रोटीन वाले भोजन को स्वोक्तृति दी जाती है। अल्प मात्रा में भी कार्बोहाइड्रेट युक्त पदार्थों का समावेश स्वोकार्य नहीं है।



अमेरिका को फेडरल ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन ने ऐसे आहारों को बताया है, जिनके कारण काफी गंभीर व तीव्र बीमारी फैलीं और

हॉस्पिटल में भर्ती करने को जरूरत पड़ी। इसमें से कुछ आहार तो दस्त, रुग्णावस्था का एहसास, खूब पसीना, सिर में दर्द व गठिया जैसे रोगों का कारण बन सकते हैं।

कम कैलरी वाला आहार और पूर्ण व्रत (दिनभर में ५०० कैलोरी से कम खाना) सामान्यरूप से आलस्यवादी है। यह डॉक्टर को देखरेख में हो होना चाहिए।

प्रोटीनरहित मोडिफाइड फास्टिंग

अपने आदर्श वजन से ३० से ४० प्रतिशत अधिक वजन वाले व्यक्तियों को 'प्रोटीन स्मेरिंग मोडिफाइड फास्टिंग' पर रखा जाता है। इस आहार की सिफारिश करने से पहले आपका स्वास्थ्य सलाहकार आपको कार्डियोस्क्वाटर पद्धति का प्रमाण नापेगा। अगर आप इस आहार का पालन कर रहे हैं तो आपको स्वस्थ सलाहकार के निरीक्षण में रहना लाभदायक है।

ब्लड प्रेशर के बारे में जाने

ब्लड प्रेशर क्या है ?

खून की नली में जो दबाव से खून बहता हो और उस की वजह से खून नली की दीवाल पर जो दबाव आता है, उसे ब्लड प्रेशर कहते हैं

यह नंबर दिखाये दे है
उसे सिस्टोलिक ब्लॉन्ग है और
जब हृदय धड़कना है तब घबघाती है
मे बहना जो खून के दबाव को दर्शाते है।



ये नंबर को डाइस्टोलिक प्रेशर बोलते हैं
और हृदय के जो धड़कन के बीच में समझे,
जब हृदय थिथक हो, तब घबघाती घबघाते
से बढ़ते खून के दबाव को बताते हैं

आपके बीपी के नंबर क्या दर्शाते हैं जो ज्ञाते :		
सामान्य	बढ़ा हुआ	ज्यादा
120 से कम	120 से 139	140 और 160 से ज्यादा
80 से कम	80 से 89	90 और से ज्यादा
(इन को डाइस्टोलिक प्रेशर भी बोल सकते हैं)		(इस को डाइस्टोलिक प्रेशर बोल सकते हैं)

समय निकलते, बढ़ते से और हाई ब्लाड प्रेशर,
आपके हृदय को, रक्तवाहिनीओं और
किडनी को चमजोर कर देता है,
जसके कारण स्ट्रोक या
हार्ट अटैक आने की संभावना बढ़ जाती है।

8 ब्लड प्रेशर कम करने और तंदुरुस्त रहने के लिए जीवनशैली में बदलाव लाना जरूरी है

1. हार्ड कोर अभ्यास करने से जोड़ने का काम करें
2. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
3. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
4. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
5. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
6. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
7. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें
8. हार्ड कोर अभ्यास को एकत्रित करें और कोर को एकत्रित करें

24 x 7

जब इमरजन्सी हो, तब सीम्स
इमरजन्सी : +91-97234 50000 | एम्बुलन्स : +91-98244 50000

मेडिकल हेल्पलाइन : +91-70 69 00 00 00

Courtesy :

CardioSmart
Asian College of Cardiology

क्या आपके परिवार के सदस्य टीबी (TB), स्वाइन फ्लू इत्यादि जैसी बिमारी से पीड़ित है ?



**CIMS
HOSPITAL**

आईसोलेशन युनिट

आपकी सुरक्षा, हमारी जिम्मेदारी
गुजरात, मध्यप्रदेश और राजस्थान सभी राज्यों में से
उच्च कक्षा का आईसोलेशन युनिट



नेगेटिव प्रेशर रूम (9 बेड्स)

स्वाइन फ्लू, टीबी, इत्यादि
(मरीज और संबंधीओं की सुरक्षा)
चेयरमन तथा को फेलने से रोकने के लिए
विशाल प्रकार का एर हेन्डिलिंग युनिट (AHU)

पोजीटिव प्रेशर रूम (3 बेड्स)

एच.आई.वी. इन्फ़्यूजियोसप्रोमिड्ड
(कन प्लेटलेट), इत्यादि
(जल्दी रोकवती के लिए मरीजों की सुरक्षा)
बहार की चेंबरत हवा से बचने के लिए

किसको जरूरत है ।

1. चेपी बिमारी वाले मरीजों के लिए (स्वाइन फ्लू आदि)
2. गंभीर रूप से संक्रमित मरीजों के लिए
3. मज्जमरी / प्रकोप परिस्थितियों से पीड़ित
4. अल्पविकसित रोग प्रतिरक्षा शक्ति वाले मरीज (न्यूट्रोपेनीक / ट्रान्सप्लान्ट)
5. गंभीर इन्फेक्शन से पीड़ित बालक एवं नवजात शिशु
6. पल्मोनरी टीबी (TB) / एम्डीआर (MDR) / एक्सडीआरटीबी (XDR TB)

चेयरमन हवा
एक से दूसरे रूम
में प्रवेश न हो
इस लिए विशाल
एर हेन्डिलिंग युनिट
(AHU)

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

24 X 7 एनेस्थेटीस्ट, प्रशिक्षित नर्सों और इन्फेक्शन कंट्रोल नर्सों उपलब्ध

सीम्स हृदय रोग (कार्डियाक सायन्स)

भारत की सबसे बड़ी ग्रुप प्रेक्टीस टीम में से एक

गुजरात में

1st

मीक्स (MICS) प्रोग्राम
ECMO प्रोग्राम
हृदय प्रत्यारोपण
टावी (TAVI)

- एडवर्ड और पीडियाट्रिक कार्डियोलोजी
- एडवर्ड और पीडियाट्रिक कार्डिथाक सर्जरी
- एस्थिमिया और हार्ट फेल्योर डिवाइज क्लिनिक
- स्ट्रोकल हार्ट डिजीज क्लिनिक

- हार्ट ट्रान्सप्लान्ट क्लिनिक
- हार्ट फेल्योर क्लिनिक
- वेन क्लिनिक
- वास्कुलर सर्जरी

कोरोनरी एन्जियोग्राफी

हृदय की यह जांच कार्डियाक कैथेटराइजेशन से होती है। इस कार्यपद्धति के द्वारा हृदय की रक्तवाहिनियाँ चौड़ी है या नहीं ये जांच की जाती है। ऐसा करने समय हृदयरोग विशेषज्ञ हृदय के अंदर को दबाव को नापते हैं। एक्स रे किरणों के लिए अपारदर्शक जवा इन्जेक्शन के द्वारा हृदय में डाली जाती है। एक्स-रे द्वारा हृदय को रक्त पहुंचाती धमनियों की चलाचल जैसी तस्वीर लेते हैं और हृदय कितनी ज्यादा या कम क्षमता से धड़कता है तथा रक्त वाहिनियों में रुकावट है कि नहीं उसका मूल्यांकन करता है। इसके अलावा कई जन्मजात कमियों के लिए, बाल्य की तकलीफों के लिए तथा कनजोर हृदय के लिए भी कार्डियाक कैथेटराइजेशन किया जाता है



गुजरात बेस्ट ब्रान्ड अवोर्ड 2018

चाह सभी सीम्स हॉस्पिटल के लिए एक बेहद खुशी की बात है कि हमें गुजरात बेस्ट ब्रान्ड अवोर्ड 2018 में ब्रान्ड लीडरशीप अवार्ड प्राप्त हुआ है। यह पुरस्कार सीम्स हॉस्पिटल को उनकी प्रतिबद्धता और समर्पण और हमारे सभी मरीजों के लिए जिन्होंने हम पर अमोघ विश्वास समर्पित किया है।



"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
Licence to Post Without Prepayment No. **PMG/HQ/084/2018-20** 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 पूरे पते के साथ हमारी ऑफिस हृदय और धड़कन डिपार्टमेंट, सीम्स अस्पताल, शुक्ल मॉल के पास, ऑफ सायन्स सिटी रोड, सोला, अहमदाबाद-380060 पर भेज दें । फोन नं. : +91-79-3010 1059/1060



CIMS
HOSPITAL

क्या आप हृदय (हार्ट) का कैल्शियम स्कोर जानते हो ?

अपना कोरोनरी आर्टिनरी का कैल्शियम स्कोर जानें (CT Angio)



कोरोनरी आर्टिनरी का कैल्शियम स्कोर (CAC)

निरोगी व्यक्तियों में

भविष्य में हृदय संबंधी घटनाओं के लिए

जोखिम मूल्यांकन के लिए सबसे निश्चित परीक्षण है ।

अगर आप निरोगी हो तथा आपके अपने हृदय में जनी हुई
कैल्शियम युक्त कोलेस्ट्रॉल की मात्रा जाननी हो तो आज ही

अपना कोरोनरी आर्टिनरी का

कैल्शियम स्कोरिंग (CAC) करवायें ।

अपॉइन्टमेंट के लिए फोन करें +91-79-3010 1008

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