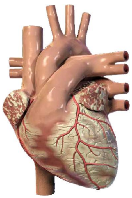
हृदय और धड़कन



वर्ष-9, अंक-101, मे 20, 2018

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

Price Rs. 5/-

कार्डियोलॉजिस्ट
डॉ. सत्य गुप्ता +91-99250 45780
डॉ. विनीत 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. 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. 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. चिंतन शेठ +91-91732 04454
डॉ. निरेन भावसार +91-98795 71917
डॉ. हिरेन धोलकिया +91-95863 75818

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

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

अद्रश्य कातिल नं.२- : डायबिटीज़ मेलाइटिस

यह एक रासायणिक प्रक्रिया से सम्बन्धित रोग है । जिसमें रोगी के कोष ग्लुकोज़ (शक्कर, गुड़ अथवा अन्य मीठे पदार्थ) का उचित उपयोग नही कर सकते है ।

शरीर में ग्लुकोज़ का उचित उपयोग करके उसमें से उर्जा प्राप्ति के लिए इन्स्युलिन नामक तत्त्व आवश्यक होता है । जब डायबिटीज़ मेलाइटिस हो तब-

- शरीर में इन्स्युलिन की कमी अथवा अभाव होता है ।
- शरीर के कोषों पर इन्स्युलिन का असर कम होता है ।

भुखे पेट लोहीमें ग्लुकोझका प्रमाण	१०० से कम	अच्छा
	१०१ - १२५	ग्लुकोझ को काबुमें लेने की शक्ति कम होती है
	१२६ से ज्यादा	डायबिटीज़ मेलाइटस
दो घंटे के बाद (७५ ग्राम ग्लुकोझका खोराक लेकर)	१४० से कम	अच्छा
	१४० - २००	ग्लुकोझ को काबुमें लेने की शक्ति कम होती है
	२०० से ज्यादा	डायबिटीज़ मेलाइटस

डायबिटीज़ किसे कहते है ?

डायबिटीज़ वाले रोगी पर दिल का दौरा अचानक व किसी भी दर्द के अनुभव किये बिना भी पड सकता है । इसके अलावा डायबिटीज़ से शरीर को इस हद तक नुकसान पहुंच सकता है कि इसे हृदयरोग के लिए एक अत्यन्त खतरनाक कारण बताया जाता है । डायबिटीज़ के समस्त रोगियों को उनके शरीर में किसी भी असाधारण लक्षण की जांच के लिए एक बार हृदय का कार्डियोग्राम और ईको-कार्डियोग्राम करवा लेना चाहिए ।

डायबिटीज़ किसे होता है ?

www.cims.org

डायबिटीज़ मेलाइटिस किसको हो सकती है ?

अनेक संशोधनों के पश्चात भी ये बात स्पष्ट नहीं हो पाई है कि कुछ लोगों को डायबिटीज़ होती है और कुछ को नहीं । परन्तु यह स्पष्ट है कि यह रोग निम्न लक्षणों वाले लोगों में देखने को मिलता है ।

- जिनके नजदीकी रिश्तेदारों को डायबिटीज़ हो (hereditary) ।
- जिनका वजन अधिक हो ।
- जिनको कामकाज में कोई शारीरिक श्रम न करना पड़ता हो (sedentary) ।
- जिनकी जिन्दी तनावपूर्ण हो ।

उपरोक्त लक्षणों वाले व्यक्तिओं को डायबिटीज़ की संभावना अधिक रहती है ।

डायबिटीज़ किस प्रकार मारती है ?

डायबिटीज़ व उच्च रक्तचाप (High blood pressure) शरीर के महत्त्वपूर्ण अंग जैसे मस्तिष्क, हृदय, आँख और गुर्दे इत्यादि को धीरे-धीरे किन्तु अत्यधिक नुकसान पहुंचाती है, इसे महत्वपूर्ण तथा अंतिम अंगो की चोट (End Organ Damage) कहा जाता है ।

आपको स्वयं को हुए नुकसान का पता ही नहीं चलता ?

अधिकतर लोगों को महत्वपूर्ण तथा अंतिम अवयवों को नुकसान होने के बाद ही पता चलता है कि उनके अंगो को नुकसान पहुंचा है और इसका कारण उपरोक्त दोनों कातिल बीमारियों में से कोई एक अथवा दोनों हो सकती है । इन परिस्थितियों में डायबिटीज़ व उच्च रक्तचाप का इलाज तो होना ही चाहिए, परन्तु इसकी जांच तथा इलाज अगर पहले ही हो गए होते तो महत्वपूर्ण तथा अंतिम अवयवों को नुकसान नहीं होता ।

महत्वपूर्ण तथा अंतिम अवयवों को नुकसान ना हो इसलिये भी डायबिटीज़ व उच्च रक्तचाप का निदान व इलाज जल्दी से जल्दी होना चाहिए ।

वृध्ध होने के बाद भी हंसना बंद मत कीजिए, क्योंकि अगर हंसना बंद किया तो वृद्धावस्था वास्तव में आ जाएगी ।

यह दोनो शैतान हाथ में हाथ डालकर एक साथ रोगी पर हमला करते हैं और उसका जीवन कम कर देते हैं । डायबिटीज़ समस्त अंगो पर असर करती है, परन्तु यह हृदय पर खतरनाक रुप से ऐसा विपरीत असर करती है कि समस्त विश्व के हृदयरोग विशेषज्ञ डायबिटीज़ को हृदयरोग का एक अत्यंत खतरनाक कारण मानते है ।

डायबिटीज़ के रोगियों में हृदय रोग के लक्षण

डायबिटीज़ के रोगियों को एक अतिरिक्त समस्या का सामना करना पड़ता है, जिसमें सायलेन्ट एन्जायना अथवा हृदयरोग का हमला कुछ लक्षणों के साथ अथवा बिना किसी लक्षण के होता है । रोगी व उसके रिश्तेदारों को भी पता नहीं चलता है कि छाती में दर्द के लक्षण भले ही सामान्य हों परन्तु दिल का दौरा बड़ा और जानलेवा हो सकता है । इसलिए डायबिटीज़ के रोगियों की छाती में सामान्य दर्द की भी सम्पूर्ण जांच करवानी जरुरी है तथा वर्ष में एक बार हृदय की सामान्य जांच (जैसे इ.सी.जी., इको कार्डियोग्राम इत्यादि) करवानी जरुरी है ।

एक व्यापारी को उसके बायपास के ऑपरेशन का एनेस्थेशिया का बिल बहुत अधिक लगा इसलिए वह एन्स्थेटिस्ट से मिलने गया । 'डॉक्टर सिर्फ शीशी सुंघाने के २०,००० रुपये होते होंगे ?'

ऐसा है कि, एनेस्थेशिया के डॉक्टर ने उसे समझाया, 'हमारे पेकेज के दो भाग होते है, शीशी सुंघाकर बेहोश करने के ९,००० रुपये और बेहोशी में से वापस होश में लाने के ११००० रुपये । आपने पहले कहा होता तो मैने आपको खाली बेहोश किया होता, वैसे सब रोगी पूरा पेकेज लेना पसंद करते है ।'

निदान

डायबिटीज़ का निदान रक्त की शर्करा के प्रमाण की जांच से किया जाता है । रक्त में शर्करा का प्रमाण दो या अधिक बार ज्यादा आए तो डायबिटीज़ का इलाज शुरु कर देना चाहिए ।

इलाज

यदि आपका वजन अधिक है तो उसको कम करें, भोजन में मीठी चीजों (शक्कर, मिठाई) का सेवन कम करें, शारीरिक व्यायाम करें पैदल घुमना शुरु करें ।

इन्स्युलिन की सिरिंज

डायबिटीज़ के इलाज का प्रथम लक्ष्य रक्त में शर्करा की मात्रा को निर्धारित सीमा तक लाना है । धऊशऱआ लक्ष्य महत्वपूर्ण अवयवों को डायबिटीज़ से होने वाली क्षति से बचाना है । महत्वपूर्ण अवयव जैसे-हृदय गुर्दे (त्त्डुदड्डन्न्ग्र), आँखे, स्नायु, इत्यादि को कोई क्षति होने से बचाना है । सबसे पहले रक्त में शर्करा को निर्धारित सीमा में रखना, इन्स्युलिन के इन्जेकशन व परहेज के इलाज के साथ महत्वपूर्ण अंगो को क्षति से बचाने के लिए दवाओं का उपयोग भी जरुरी है ।

मैं स्वयं की देखभाल किस प्रकार कर सकता हूं ?

डॉक्टर द्वारा बताए गए इलाज को योजनाबद्ध तरीके से अनुसरण करें, इसके अलावा,

- भोजन में चरबी, कोलेस्ट्रोल की मात्रा कम करें ।
- तनाव दूर करने के लिए प्राणायम, तथा शवासन सीखें, और करे ।
- आपके डॉक्टर की सलाह के अनुसार नियमित कसरत करें ।

नियमित रुप से शर्करा (sugar) की जांच करवाते रहे । भूखे पेट की स्थिति में रक्त में शर्करा की मात्रा ११० मि. ग्रा. से कम तथा भोजन के दो घंटे के बाद रक्त में शर्करा की मात्रा १४० मि. ग्रा. से कम रखनी जरुरी है ।

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

कोरोनरी आर्टरी डीजीज

Courtesy : CardioSmart American College of Cardiology

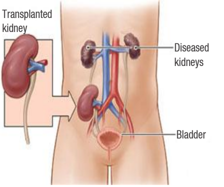
24 x 7
जब इमरजन्सी हो, तब सीम्स
इमरजन्सी : +91 -97234 50000 | एम्ब्युलन्स : +91-98244 50000
मेडीकल हेल्पलाईन : +91-70 69 00 00 00

सीम्स रीनल ट्रान्सप्लान्ट

सीम्स रीनल ट्रान्सप्लान्ट विभाग में ट्रान्सप्लान्ट नेफ्रोलोजीस्टस और युरोलोजीस्टस वं एक टीम है जिस ने हजार से भी ज्यादा रीनल ट्रान्सप्लान्ट का अनुभव है ।

नीचे दी गइ सुविधाएँ और प्रक्रियाए हमारे यहा होती है ।

- हमारी टींम प्रि-ट्रान्सप्लान्ट और पोस्ट ट्रान्सप्लान्ट केर की समन्वय एंव सुविधाँओ को पूरी करते है।
- सीम्स अस्पतालमें हम पोस्ट-ट्रान्सप्लान्ट ईन्फेक्शन को रोकने के लिए इन्फेक्शन कंट्रोल के लिए आंतराष्ट्रीय मानकों का अभ्यास करते है।
- हर एक प्रकार की पोस्ट-ट्रान्सप्लान्ट से संबंधित जटिलताओ का सामना करने में पूरी तरह से सुज्जित



अपोईन्टमेन्ट के लिए +91-79 -3010 1008 मो : +91-98250 66661

सीम्स नीयोनेटल और पीडियाट्रीक क्रिटिकल केर

- गुजरात में अग्रणी केन्द्र सभी तरह की बाल चिकित्सा बीमारी / आपात स्थिति के इलाज में अत्याधुनिक सुविधा प्रदान करता है
- बाल चिकित्सा सर्जरी और पोस्ट सर्जरी देखभाल के लिए एक अनुभवी टीम (उदा. हदय, मस्तिष्क, रीढ, कोलन, आधात और जन्मजात विसंगतियों के लिए सर्जरी)
- आधुनिक फाईबर ऑप्टिक ब्रोंकोस्कोपी का उपयोग करके न्यूनत्तम आक्रामक तकनीक के साथ बालचिकित्सा और नवजात फेफडों और वायुमार्ग की बीमारी के निदान के लिए गुजरात का एकमात्र केन्द्र

पीडियाट्रीक आपातकालीन परिवहन व्यवस्था :

24 घंटे आपातकालीन सेवाओ

कन्सलटन्ट पीडियाट्रीशन के लिए संपर्क करे

+91-98244 50000, +91-97234 50000

उच्च आवृत्ति वेंटिलेशन सुविधाओ, बाल चिकित्सा एक्स्ट्राकोर्पोरियल, नाइट्रिक ओक्साईड और एचएफओवी के ईलाज के लिए सुसज्जित जटिल बाल चिकित्सा फेफडों के विकार / तीव्र श्वसन तंत्र सिंड्रोम (एआरडीएस) प्रभावित बच्चों ।

अपोईन्टमेन्ट के लिए +91-79 -3010 1008 मोबाईल : +91-98250 66661

24 x 7 हेल्पलाईन :+91-7069000000 | एम्ब्युलन्स : +91-98244 50000, 97234 50000

सीम्स लर्निंग सेन्टर 2018

Skills Development Centre

Sharing Knowledge Saving Lives

आपके उज्जवल भविष्य के लिए पेरामेडिकल कोर्स

* सहयोगी संस्था : गुजरात सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त एवं गुजरात युनिवर्सिटी से जुडी अहमदाबाद इन्स्टीट्यूट ऑफ मेडिकल सायन्स के साथ एवं सहयोग से

पात्रता : न्युन्तम 10 + 2 (सायन्स) - कोर्स की समय मर्यादा 1 साल + 6 महिने की इन्टर्नशीप

कोर्स के नाम	
* Certificate Course in ECG & TMT Technology	* Certificate Course in Optometry
* Certificate Course in ECHO Technology	* Certificate Course in Operation Theater (OT) Technology
* Certificate Course in Medical Laboratory Technology (MLT)	* Certificate Course in Radiology & Imaging Technology
* Certificate Course in Medical/ Physician Assistant	* Certificate Course in Respiratory & Sleep Medicine Technology
* Certificate Course in Pulmonary Function Test (PFT) Technology	* Certificate Course in EMG & NCV Technology

पात्रता : न्युन्तम 10 + 2 (सायन्स /कोर्मस)

कोर्स के नाम	कोर्स की समय मर्यादा	कोर्स के नाम	कोर्स की समय मर्यादा
*Certificate Course in Hospital Billing (Including Insurance)	6 Months + 6 Months Internship	Medical Records Management Certificate Course	6 Months + 3 Months Internship
*Certificate Course in Medical Transcriptionist (MT)	6 Months + 3 Months Internship	Healthcare Ward Management Certificate Course	1 Year + 6 Months Internship
Central Sterile Supply Department (CSSD) Technician Certificate Course	6 Months + 3 Months Internship		

पात्रता : बी.एस.सी और नर्सिगमे स्नातक

कोर्स के नाम	कोर्स की समय मर्यादा	कोर्स के नाम	कोर्स की समय मर्यादा
Diploma in Infection Prevention & Control Nurse Course	3 Months + 6 Months Internship	Medical & Haemato Oncology Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship
Cardiac Catheterization Laboratory Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship	Obstetric & Gynaecology Care Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship
Cardiothoracic (CT) – Operation Theater(OT) Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship	Neonatal Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship
General Operation Theater(OT) Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship	Certified Nurse Anasthetist Course	1 Year + 6 Months Internship
Cardiothoracic ICU Nurse Certificate Course	6 Months + 6 Months Internship	* Certificate Course in Dialysis Technology	1 Year + 6 Months Internship

पात्रता : न्युन्तम सायन्स गेज्युएट स्नातक

कोर्स के नाम	कोर्स की समय मर्यादा
* Post Graduate Certificate Programme in Cath Lab Technology	1 Year + 6 Months Internship
* Post Graduate Certificate Programme in Hospital & Health Care Management	1 Year (Weekend Lecture - Sat & Sun)

आवेदन करने की अंतिम तारीख़	कोर्स प्रारंभ	स्थल
जुलाई 14, 2018	अगस्त 01, 2018	सीम्स अस्पताल, अहमदाबाद

For details contact : 079 3010 2348 / +91 9586070100 E : clc@cimshospital.org | W : www.cims.org/clc

सीम्स अस्पताल, शुकन मोल के पास , ओफ सायन्स सीटी रोड, सोला, अहमदाबाद - 380060

CIMS

सीम्स क्रिटिकल केर

क्योंकि हर एक पल मायने रखता है ....

हम पहले दूसरे की परवाह करते हैं ।

आपका पहला और सबसे अच्छा विकल्प

हमारी श्रेष्ठता

- ट्रोमा
- पोईजनींग
- हार्ट डिसीझ
- न्यूरोलोजीकल ईमर्जन्सीझ जैसे के स्ट्रोक / हेमरेज
- हाई रिस्क प्रेग्नेन्सी केन्सर केर.
- सीरीयस ईन्फेक्सन
- किडनी फेल्योर
- लीवर फेल्योर न्यूमोनिया

हमारी विशेषताएँ

सर्वप्रथम ई-ICU

- एकस्ट्राकोर्पोरीयल मेम्बरेन ओक्सीजनेशन
- कंटीन्युअस रीनल रीप्लेशमेन्ट थेरापी
- ग्रीन कोन्सेप्ट
- एचएफएनसी (हाइ फ्लो नसल केन्युला)

विशेषज्ञ जैसे के डाइटीशीयन / फीझीयोथेरापीस्ट / रेडियोलोजीस्ट
पेथोलोजीस्ट / आयसीयु टेकनिशियन / काउन्सीलर / फार्मासिस्ट साथेनी डॉकटर्स और नर्सीसनी एक अनुभवी टीम

दर्दीओ के साथ मित्रतापूर्ण अभिगम

- प्रारंभिक मोबिलिजेशन
- प्रारंभिक भोजन
- इन्फेकशन कंट्रोल में सर्वश्रेष्ठ
- म्युजीक थेरापी
- दर्दी की सर्वश्रेष्ठ देखभाल
- पेलीएटिव केर / जींदगी की देखभाल अंत तक

एपोईन्टमेन्ट के लिए : +91-79 -3010 1008, +91-98250 66661
ईमेल: opd.rec@cimshospital.org

24 X 7 मेडीकल हेल्पलाईन +91 70 69 00 00 00

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

सीम्स होस्पिटल, ओफ सायन्स सीटी रोड, सोला, अहमदाबाद - 380060
फोन : +91-79-2771 2771-72 फेक्स : +91-79-2771 2770
ई-मेईल : info@cims.org | www.cims.org

JCI (USA) NABH NABH ER GreenOT

24 X 7 हेल्पलाईन +91-7069000000 | एम्ब्युलन्स +91-98244 50000 ईमरजन्सी +91-997234 50000

CIMS

सीम्स अस्पताल

गुजरात के सबसे बड़ी प्राईवेट अस्पताल में से एक

कुशल चिकित्सा टीम । ग्लोबल स्टान्डर टेकनोलोजी
दर्दीकी सहानुभूतिशील देखभाल

JCI (USA) | NABH | NABH ER | Ethics Committee | NABL Certificate No. M-0500 | ACC International Centers Of Excellence | Green OT Certified Green Operated On Theater

सीम्स अस्पताल की मेडिकल टीम में शामिल हुए नये डॉक्टर

डॉ. मौलिक परमार
एमबीबीएस, एमडी (रेडियोडायग्नोसीस)
रेडियोलोजीस्ट
मो. +91 8238006152
maulik.parmar@cimshospital.org

अपोइन्टमेन्ट के लिये फोन : +91-79-3010 1008 (मो) +91-98250 66661

"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 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

CIMS

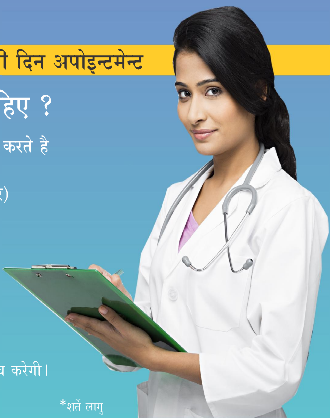
सीम्स एक्सप्रेस

बेहतर सेवाऐं प्रदान करने के लिये उसी दिन अपोइन्टमेन्ट

क्या आपको आज ही अपोइन्टमेन्ट चाहिए ?

सीम्स में हम डॉक्टर* की उसी दिन अपोइन्टमेन्ट का वादा करते है
अगर आपको उसी दिन की अपोइन्टमेन्ट चाहिये तो
दोपहर 12.00 बजे से पहले फोन करे (सोमवार से शुक्रवार)
अगर आप दोपहर 12.00 बजे के बाद फोन करेगें तो
आपको अगले दीन की अपोइन्टमेन्ट मिलेगी

+91-9825066661
+91-79-30101008



*बीमारी से संबंधित (स्पेश्यालीटी) टीम हाजिर होगी वही उसी दिन जाँच करेगी।
शनिवार और रविवार की अपोइन्टमेन्ट नहीं मिलेगी ।

*शर्ते लागु

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।