

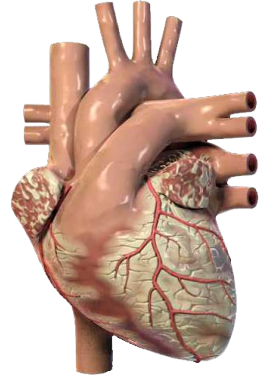
# મારું હૃદય

વર્ષ-૨, અંક-૧૬, ૧૫ એપ્રિલ, ૨૦૧૧



## CIMS

Care Institute of Medical Sciences



Price ₹ 5/-

### કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

- ડૉ. અનિશ ચંદ્રાણા  
(મો) +91-98250 96922
- ડૉ. અજય નાઈક  
(મો) +91-98250 82666
- ડૉ. સત્ય ગુપ્તા  
(મો) +91-99250 45780
- ડૉ. ગુણવંત પટેલ  
(મો) +91-98240 61266
- ડૉ. કેયૂર પરીખ  
(મો) +91-98250 66664
- ડૉ. મિલન ચગ  
(મો) +91-98240 22107
- ડૉ. ઉર્મિલ શાહ  
(મો) +91-98250 66939
- ડૉ. હેમાંગ બક્ષી  
(મો) +91-98250 30111
- ડૉ. જોયલ શાહ  
(મો) +91-98253 19645
- ડૉ. રવિ સિંઘવી  
(મો) +91-98251 43975

### કાર્ડિયાક સર્જન

- ડૉ. ધીરેન શાહ  
(મો) +91-98255 75933
- ડૉ. ધવલ નાયક  
(મો) +91-90991 11133

### કાર્ડિયાક એન્સ્ટેથીસ્ટ

- ડૉ. નિરેન ભાવસાર  
(મો) +91-98795 71917
- ડૉ. હિરેન ધોળકિયા  
(મો) +91-95863 75818

### પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

- ડૉ. કશ્યપ શેઠ  
(મો) +91-99246 12288
- ડૉ. મિલન ચગ  
(મો) +91-98240 22107

### નીઓનેટોલોજિસ્ટ અને પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સીવીસ્ટ

- ડૉ. અમિત ચિતલીયા  
(મો) +91-90999 87400

### કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજિસ્ટ

- ડૉ. અજય નાઈક  
(મો) +91-98250 82666

1

## છુપો કાતિલ – ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ

આ એક રાસાયણિક પ્રક્રિયા સંબંધી રોગ છે જેમાં દર્દીના કોષ ગ્લુકોઝનો (એટલે ખાંડ, ગોળ વગેરે ગળપણથી ભરપૂર તત્વોનો) યોગ્ય ઉપયોગ કરી શકતા નથી.

શરીરમાં ગ્લુકોઝનો યોગ્ય ઉપયોગ થઈ એમાંથી ઊર્જા મેળવવા માટે ઇન્સ્યુલિન નામક તત્વ આવશ્યક હોય છે. ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ ત્યારે થાય જ્યારે –

- શરીરમાં ઇન્સ્યુલિનની કમી અથવા અભાવ હોય.
- શરીરના કોષ ઉપર ઇન્સ્યુલિનની અસર ઓછી થતી હોય.

### ડાયાબિટીસ કોને થાય?



ભૂખ્યા પેટે લોહીના ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ	૧૦૦ કરતાં ઓછું	આદર્શ
	૧૦૧ - ૧૨૫	ગ્લુકોઝને કાબૂમાં લેવાની ક્ષમતા ઘટી ગઈ હોય છે.
	૧૨૬ કરતાં વધારે	ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ
બે કલાક પછી (૭૫ ગ્રામ ગ્લુકોઝનો ખોરાક લઈને)	૧૪૦ કરતાં ઓછું	આદર્શ
	૧૪૦ - ૨૦૦	ગ્લુકોઝને કાબૂમાં લેવાની ક્ષમતા ઘટી ગઈ હોય છે.
	૨૦૦ કરતાં વધારે	ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ

### ડાયાબિટીસ કોને કહેવાય?

ડાયાબિટીસવાળા દર્દીને હૃદયનો હુમલો અચાનક અને ‘દુખાવા વગર’ આવે છે. આ ઉપરાંત, ડાયાબિટીસથી હૃદયને એટલી હદે નુકસાન પહોંચે છે કે તેને હૃદયરોગ માટેનું એક “અતિ જોખમી” કારણ જાહેર કરવામાં આવ્યું છે. ડાયાબિટીસના બધા જ દર્દીઓએ તેમના હૃદયમાં કશું અસાધારણ તો નથી ને – તેની તપાસ માટે ઓછામાં ઓછો એક વખત તેમના હૃદયનો કાર્ડિયોગ્રામ અને ઇકોકાર્ડિયોગ્રામ કરાવવો જોઈએ.

(અનુસંધાન...પૃષ્ઠ નં. ૩ પર)

www.indianheart.com





કેર ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ મેડિકલ સાઇન્સીઝ એ અમદાવાદના હાર્દસમા વિસ્તારમાં ૧૫૦ બેડ ધરાવતી અતિ આધુનિક ઉપકરણોથી સજ્જ એક અદ્વિતિય મલ્ટી સ્પેશિયાલીટી હોસ્પિટલ છે.

## સીમ્સ વિભાગો

- ◆ એનેસ્થેસિયોલોજી
- ◆ આર્થરોસ્કોપી અને સ્પોર્ટ્સ મેડિસીન
- ◆ કાર્ડિયોલોજી
- ◆ કાર્ડિયો-થોરેસિક સર્જરી
- ◆ કોસ્મેટોલોજી
- ◆ ક્રીટીકલ કેર
- ◆ ડેન્ટીસ્ટ્રી (દંત ચિકિત્સા)
- ◆ ઇ.એન.ટી.
- ◆ ફેમીલી મેડિસીન
- ◆ ફીટલ મેડિસીન
- ◆ ગેસ્ટ્રોએન્ટેરોલોજી (પેટ, આંતરડા અને લીવરના રોગો)
- ◆ ગેસ્ટ્રો ઇન્ટેસ્ટીનલ સર્જરી (પેટ, આંતરડા અને લીવરના રોગોની સર્જરી)
- ◆ જનરલ સર્જરી
- ◆ ગાયનેકોલોજી અને ઓબ્સ્ટેટ્રીક્સ
- ◆ હાઇ-રીસ્ક પ્રેગ્નેન્સી યુનિટ
- ◆ હિમેટો ઓન્કોલોજી (લોહીનો વિકાર અને કેન્સર)
- ◆ હેલ્થ ચેક-અપ
- ◆ ચેપી રોગો અને એઇડ્સ સંબંધિત બીમારીઓ
- ◆ ઇન્ટરનલ મેડિસીન
- ◆ જોઇન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ સર્જરી
- ◆ લેપ્રોસ્કોપિક સર્જરી
- ◆ નીઓનેટોલોજી (નવજાતશીશુ) અને પીડિયાટ્રીક્સ (બાળકોના રોગો)
- ◆ નેફ્રોલોજી (કિડનીના રોગો)
- ◆ ન્યુરોલોજી (મગજના રોગો)
- ◆ ન્યુરોસર્જરી
- ◆ ઓબેસીટી મેનેજમેન્ટ (સ્થૂળતા)
- ◆ ઓન્કોલોજી અને ઓન્કોસર્જરી
- ◆ ઓપ્થેલ્મોલોજી (આંખના રોગો)
- ◆ ઓર્થોપેડિક્સ
- ◆ પેઇન ક્લિનિક
- ◆ પેથોલોજી અને માઇક્રોબાયોલોજી
- ◆ પીડિયાટ્રીક સર્જરી
- ◆ ફિઝિયોથેરાપી અને રીહેબિલિટેશન
- ◆ પ્રિવેન્ટીવ હેલ્થકેર
- ◆ પલ્મોનોલોજી (ફેફસાના રોગો)
- ◆ રેડિયોલોજી
- ◆ સ્લીપ મેડિસિન
- ◆ સ્પાઇન સર્જરી
- ◆ ટ્રોમા સારવાર
- ◆ યુરોલોજી (પથરી, પ્રોસ્ટેટ અને કિડનીના રોગો)
- ◆ વાસ્ક્યુલર સર્જરી

પુછ પરછ માટે સંપર્ક કરો :

ડૉ. જીનેશ શાહ (મો-+૯૧-૯૮૭૯૫૩૧૮૩૨)

ડૉ. નીમીષ પરીખ (મો-+૯૧-૯૭૨૭૭ ૫૧૮૨૦)



(પૃષ્ઠ નં. ૧...)

## ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ કોને થઈ શકે?

અનેક સંશોધનો પછી પણ એ વાત સ્પષ્ટ થતી નથી કે અમુક લોકોને ડાયાબિટીસ થાય છે અને અમુક લોકોને નથી થતો. પણ એ સ્પષ્ટ છે કે આ રોગ મુખ્યત્વે નીચેનાં લક્ષણોવાળા લોકોમાં જોવા મળે છે.

- જેમના સગાને ડાયાબિટીસ હોય (વારસાગત)
- વજન વધારે હોય
- બેઠાડુ જીવન હોય
- તણાવયુક્ત જિંદગી જીવતા હોય

ઉપર જણાવેલ લક્ષણો ધરાવતી વ્યક્તિઓમાં ડાયાબિટીસ થવાની શક્યતા વધારે રહે છે.

## ડાયાબિટીસ કઈ રીતે મારે છે?



એક વેપારીને એના બાયપાસ ઓપરેશનના એનેસ્થેશિયાનું બિલ બહુ વધારે લાગ્યું એટલે એ તુરંત એનેસ્થેટિસ્ટને મળવા ગયો, ‘સાહેબ, ખાલી શીશી સુંઘાડવાના કંઈ ૨૦,૦૦૦ રૂપિયા થતા હશે?’

‘એમાં એવું છે ને કે,’ એનેસ્થેશિયાના ડોક્ટરે સમજાવ્યું, ‘અમારા પેકેજના બે ભાગ હોય છે; શીશી સુંઘાડીને બેહોશ કરવાના ૧,૦૦૦ અને બેહોશીમાંથી પાછા હોશમાં લાવવાના રૂપિયા ૧૯,૦૦૦. તમે પહેલા કહ્યું હોત તો મેં તમને ખાલી બેહોશ કર્યા હોત. જોકે બધા દર્દી આખું પેકેજ જ લેવાનું પસંદ કરે છે.’



બ્લાડપ્રેશર નાં ઇલાજ તો થવો જ જોઈએ, પણ તેનાં નિદાન અને ઇલાજ પહેલાં જ થયાં હોત તો ‘અંતિમ અવયવ ઈજા’ ના સર્જોઈ હોત.

એટલે ‘મહત્વના અવયવની ઈજા’ ના થાય તે માટે ડાયાબિટીસ અને હાઈ બ્લડપ્રેશરનું નિદાન અને ઇલાજ વહેલામાં વહેલાં થવાં જોઈએ.

ઘરડા થાવ તો પણ હસવાનું બંધ ન કરશો કારણ હસવાનું બંધ થશે તો ખરેખર ઘરડા થઈ જશો.

આ બંને શેતાન હાથમાં હાથ નાંખીને ક્યારેક દર્દી ઉપર એક સાથે હુમલો કરે છે અને તેનું જીવન ટૂંકાવી નાંખે છે. ડાયાબિટીસ બધા જ અવયવો ઉપર અસર કરે છે, પણ એ હૃદય ઉપર એટલી ખતરનાક હદે વિપરીત અસર કરે છે કે દુનિયાભરમાં હૃદયરોગ નિષ્ણાતો ડાયાબિટીસને હૃદયરોગ માટેનું એક અતિ જોખમી કારણ માને છે.

## ડાયાબિટીસના પેશન્ટમાં હૃદયરોગનાં લક્ષણો

ડાયાબિટીસના દર્દીઓને એક વધારાની સમસ્યા નડે છે, જેમાં ‘સાયલન્ટ એન્જાયના’ અથવા ‘શાંત હૃદયરોગના હુમલા’ થાય છે. ‘શાંત’, કારણ કે એન્જાયના અથવા હૃદયરોગનો હુમલો થોડાંક જ લક્ષણો સાથે અથવા કોઈ પણ લક્ષણ વગર આવે છે. દર્દી અને તેના સગાઓને ખબર પડતી નથી કે છાતીના દુખાવામાં લક્ષણો ભલે સામાન્ય હોય પણ હૃદયરોગનો હુમલો મોટો હોઈ શકે અને એ જીવલેણ થઈ શકે. એટલે ડાયાબિટીસના દર્દીઓએ છાતીના સામાન્ય દુખાવાની પણ સંપૂર્ણ ચકાસણી કરાવવી જરૂરી છે તેમજ દર વર્ષે એક વખત હૃદયની સામાન્ય તપાસો (દાખલા કરીકે ઇ.સી.જી., ઇકોકાર્ડિયોગ્રામ વગેરે) કરાવી લેવા જરૂરી છે.



## નિદાન

ડાયાબિટીસનું નિદાન લોહીમાંની સુગર (RBS=Random Blood Sugar)નું પ્રમાણ તપાસી કરવામાં આવે છે. લોહીમાં સુગરનું પ્રમાણ બે કે તેથી વધુ વાર વધારે આવે તો ડાયાબિટીસ માટેની સારવાર શરૂ કરવી જોઈએ.

## સારવાર

તમારું વજન વધારે હોય તો તેને ઘટાડો, ખોરાકમાં ગળપણ (ખાંડ, મીઠાઈ) ઓછું વાપરો, શારીરિક કસરતો કરો (ચાલવાનું શરૂ કરો). પ્રાથમિક હેતુ લોહીમાંની સુગરનું પ્રમાણ સ્વીકાર્ય મર્યાદા સુધી લઈ આવવાનો છે. બીજો હેતુ

છે મહત્વના અવયવો ડાયાબિટીસથી થતી ઈજાને નિવારવી. મહત્વના અવયવો એટલે હૃદય, કિડની, આંખો, જ્ઞાનતંતુઓ વગેરે મહત્વના



ઇન્સ્યુલિનની સિરિજ

અવયવની ઈજાને નિવારવા સર્વપ્રથમ લોહીમાંની સુગરને આવશ્યક મર્યાદામાં રાખવી, ઇન્સ્યુલિનના ઇન્જેક્શન તેમજ પરેજી વડે કરવામાં આવતી સારવાર સાથે મહત્વના અવયવની ઈજાને રોકવાની ખાસ દવાઓ પણ વાપરવી જરૂરી છે.

## હું મારી જાતની સંભાળ કેવી રીતે લઈ શકું?

ડોક્ટર દ્વારા સૂચવાયેલ સારવાર યોજનાને અનુસરો. વધુમાં

- ચરબી, કોલેસ્ટરોલ તમારા આહારમાં ઘટાડો.
- તણાવ દૂર કરવા પ્રાણાયામ અને શવાસન શીખો.
- તમારા ડોક્ટરની સલાહ મુજબ નિયમિત કસરતો કરો.

નિયમિતરૂપે તમારા સુગરની તપાસ કરતા રહો. તમારી ભૂખ્યા પેટની લોહીની સુગર ૧૧૦ મિ.ગ્રા. કરતાં ઓછી અને જમ્યા પછીના બે કલાક પછીની લોહીની સુગર ૧૪૦ મિ.ગ્રા. કરતાં ઓછી રાખવી જરૂરી છે.

## સમયસર સારવારથી લકવો મટી શકે છે !



સારવાર લીધા પછી મીનાબેન તેમના પતિ સાથે

મીનાબેન ૬૬કર (૪૨ વર્ષ), ૨૦૦૭ થી હૃદયના વાલ્વની બીમારીથી પીડાતા હતા. તેમના ધબકારા પણ અનિયમિત રહેતાં હતા. તેમને લોહી પાતળું કરવાની અને અન્ય કેટલીક દવા ડોક્ટર તરફથી સુચવવામાં આવેલી. પરંતુ તેમણે થોડા દિવસો પહેલા દવા બંધ કરી દીધી હતી. તેઓ ડોક્ટર પાસે ગયા. ત્યારે ડોક્ટરે તેમને ઠપકો આપ્યો: “કમ સે કમ એક દવા - લોહી પાતળું કરવાની તો લો”. તેમણે તે દવા ફરીથી ચાલુ કરી પરંતુ દવાની અસર આવે તે પહેલા તો હૃદયમાં લોહીનો ગછે બની ગયો અને ત્યાંથી તે છુટો પડી મગજની નસમાં ગયો. તેથી તેમને લકવાની અસર થઈ ગઈ. તેમની જમણી બાજુનું શરીર નબળું પડી ગયું, બેહોશી થવા લાગી અને બોલવામાં પણ તકલીફ પડવા લાગી. ડોક્ટરની સલાહ પ્રમાણે એમ્બ્યુલન્સ દ્વારા રાત્રે ૧૦.૦૦ વાગ્યે તેમને સીમ્સ હોસ્પિટલમાં ઇમરજન્સી રૂમમાં લાવવામાં આવ્યા. તેમને તાત્કાલિક કાર્ડિયોલોજિસ્ટ, ન્યુરોલોજિસ્ટ અને ઇન્ટેન્સિવિસ્ટ દ્વારા તપાસવામાં આવ્યા. તેમના મગજનો સીટી સ્કેન કરાવ્યો. સદભાગ્યે તેમને હેમરેજ ન હતું. લકવાની આવી સ્થિતિમાં એક અદ્યતન ઇન્જેક્શન (tPA) દ્વારા સારવાર કરવામાં આવે છે. આ ઇન્જેક્શન લોહી પાતળું કરી લકવો મટાડી દે છે, પરંતુ તે લકવો લાગ્યા પછીના પ્રથમ ૩ થી ૪.૩૦ કલાકમાં જ અસર કરી શકે છે. મીનાબેનના સગા આ બીમારીની ગંભીરતા સમજી શક્યા. ઇન્જેક્શન આપવાથી આ જીવલેણ અથવા જીવનભર ખોડ આપી જતી બીમારી ૮૦ % કરતા વધારે કિસ્સામાં મટાડી શકાય છે તે સત્ય તેઓ સમજ્યા.

ઇન્જેક્શન (tPA) એક કલાક ઉપર આપ્યું (રાત્રે ૧૦.૩૦ થી ૧૧.૩૦). ત્યારબાદ તેમને આઈસીયુમાં સારવાર આપવામાં આવી. ૩ થી ૪ કલાકમાં મીનાબેન સંપૂર્ણ સામાન્ય થઈ ગયા. જે બાજુનું અંગ તદ્દન ખોટું પડી ગયેલું હતું, તે અંગ ફરીથી સામાન્ય કામ કરતું થઈ ગયું. બોલવાનું બંધ થઈ ગયેલું, તે પણ ફરીથી બોલવા લાગ્યા. મીનાબેન અને તેમના સગા-વહાલા માટે આ એક સુખદ ચમત્કાર હતો.

ભારતભરમાં માત્ર અમુક જ હોસ્પિટલમાં મળતી લકવાની આ અદ્યતન સારવાર, સીમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદમાં રાત્રિના સમય દરમિયાન પણ ખૂબ ઝડપથી મળી, તે બદલ મીનાબેનના સમગ્ર પરિવારે સીમ્સ હોસ્પિટલનો હૃદયપૂર્વક આભાર માન્યો.



## સીમ્સ હોસ્પિટલમાં ઉપલબ્ધ કાર્ડિયાક સેવાઓ – ૨૪ X ૭ સેવા ઉપલબ્ધ

### નોન ઇન્વેઝિવ કાર્ડિયોલોજી સર્વિસીસ

- ◆ કોમ્પ્યુટરાઇઝ્ડ ઇસીજી
- ◆ ૨-ડી અને ૩-ડી ઇકો અને ડોપ્લર
- ◆ ૨-ડી અને ૩-ડી ટ્રાન્સઇસોફેજિઅલ ઇકોકાર્ડિયોગ્રાફી (TEE)
- ◆ ટ્રેડ મીલ ટેસ્ટ (TMT)
- ◆ સ્ટ્રેસ ઇકોકાર્ડિયોગ્રાફી
- ◆ હોલ્ટર મોનીટર
- ◆ ટીસ્ટ ટેબલ ટેસ્ટ
- ◆ પેથોલોજી
- ◆ પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયાક ક્લિનિક
- ◆ એરીથમિયા ક્લિનિક
- ◆ હાર્ટ ફેલ્યોર ક્લિનિક
- ◆ પેસમેકર ક્લિનિક
- ◆ લીપીડ ક્લિનિક
- ◆ ઓબેસિટી ક્લિનિક
- ◆ ડાયેટ ક્લિનિક
- ◆ કાર્ડિયાક રિહેબીલીટેશન
- ◆ નોન ઇન્વેઝિવ સી.ટી. એન્જિયોગ્રાફી



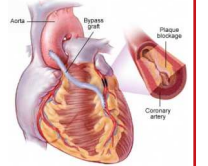
### ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડિયોલોજી સર્વિસીસ

- ◆ કોરોનરી એન્જિયોગ્રાફી
- ◆ કોરોનરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી
- ◆ પેરીફેરલ અને કેરોટીડ એન્જિયોગ્રાફી
- ◆ ઇપી સ્ટડી અને રેડિયોફ્રીક્વન્સી એબ્લેશન
- ◆ પેસમેકર અને ઇમ્પ્લાન્ટેબલ ડીફ્રીબ્રીલેટર
- ◆ ડીવાઇસ થેરાપી ફોર હાર્ટ ફેલ્યોર
- ◆ બલુન વાલ્વોપ્લાસ્ટી
- ◆ જન્મજાત હૃદયની બિમારીઓ માટે ઓપરેશન વગરની સારવાર



### કાર્ડિયાક સર્જરી

- ◆ બાયપાસ સર્જરી
- ◆ નબળા અને પહોળા હૃદય માટેની વિશેષ પ્રકારની સર્જરી (SVR)
- ◆ વાલ્વ રિપેર અને રિપ્લેસમેન્ટ સર્જરી
- ◆ નાના ચેકાવાળી ઓપન હાર્ટ સર્જરી
- ◆ પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયાક સર્જરી
- ◆ થોરાસીક સર્જરી
- ◆ મગજ અને હાથ-પગની ધમનીઓની સર્જરી



## સીમ્સ હોસ્પિટલમાં ઉપલબ્ધ બાળ હૃદય રોગ વિભાગ (Pediatric Cardiology Department) સેવાઓ

### બાળ હૃદયરોગની તપાસ માટેની સેવાઓ

- ◆ બાળ હૃદયરોગના સ્પેશીયાલીસ્ટ ડૉક્ટર સાથે કન્સલ્ટેશન (દરરોજ)
- ◆ નવજાત શિશુ અને બાળકો માટે આઇસીયુ (હાઇ ફ્રીક્વન્સી વેન્ટીલેટર સાથે)
- ◆ બાળકોની ઇકોકાર્ડિયોગ્રાફીની તપાસ માટે ઉચ્ચતમ કક્ષાના મશીન (Live 3D Echo)
- ◆ બાળકોમાં ટ્રાન્સ ઇસોફેજિઅલ ઇકોકાર્ડિયોગ્રાફી (TEE)ની વ્યવસ્થા
- ◆ ગર્ભસ્થ શિશુના હૃદયને લગતી તપાસ અને સારવાર (ફીટલ ઇકો)
- ◆ બાળકોમાં હાઇ બ્લડ પ્રેશર / ધબકારાની અનિયમીતતા / હાર્ટ ફેલ્યોરની સારવાર માટે ક્લિનિક

### બાળ હૃદય રોગ

#### ઇન્ટરવેન્શનલ પ્રોગ્રામ

- ◆ જન્મજાત બિમારી માટે ઓપરેશન વગર (એન્જિયોપ્લાસ્ટી અથવા Device Closure સારવારની સુવિધાઓ)
- ◆ બાળકો માટે કેથલેબ અને આઇસીયુની સગવડ
- ◆ બાળકોની ઇલેક્ટ્રોફીઝીયોલોજી તપાસ, રેડિયો ફ્રીક્વન્સી એબ્લેશન અને પેસમેકરની સારવાર

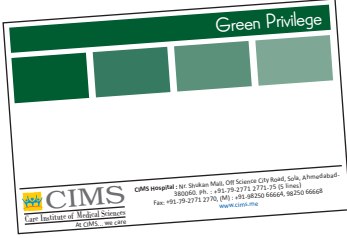


### બાળ હૃદયરોગ સર્જરી વિભાગ

- ◆ બાળકો અને નવજાત શિશુની હૃદયની તમામ સર્જરી માટે સ્પેશીયાલીસ્ટ ટીમ
- ◆ ઓપરેશન પછી ઉચ્ચતમ કક્ષાની આઇસીયુ સારવાર
- ◆ અદ્યતન જીવનરક્ષક પ્રણાલીથી ઉપચારની વ્યવસ્થા



## સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ



સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ ધરાવનારને ફાર્મસી, પેથોલોજી, રેડિયોલોજી અને હૃદય ચેક-અપમાં ડિસ્કાઉન્ટ\* મળશે. તે ઉપરાંત નીચેના બે ક્લાસીસમાં પણ નિ:શુલ્ક રજીસ્ટ્રેશન મળશે (૧) સીપીઆર અને (૨) મેડિટેશન અને પ્રાણાયમ

\*શરતોને આધીન ભવિષ્યમાં 'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ' રદ કરવાનો અધિકાર સીમ્સ હોસ્પિટલને રહેશે

'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ'ની માહિતી મેળવવા માટે તમારા મોબાઇલમાંથી "GC" ટાઇપ કરી +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૫૯ / +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૬૫૩૮ નંબર પર મોકલો

સીમ્સ હોસ્પિટલ જાહેર કરતા ગર્વ અનુભવે છે કે તે પોતાના સ્નેહી તથા દર્દીઓ માટે ખાસ 'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ' નિ:શુલ્ક\* આપી રહ્યું છે.

'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ મેમ્બરશીપ' હેઠળ આપને કેટલાંક વિશેષ ફાયદા સહિત સીમ્સ હોસ્પિટલ ખાતે વિશેષ-સવલતો ઉપલબ્ધ થશે.

\*શરતોને આધીન

- 'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ' નિ:શુલ્ક લેવા માટે આ કાર્ડિંગ લઇને જ આવવું.
- જે વ્યક્તિના નામે ગ્રીન કાર્ડ જોઇતું હોય તે વ્યક્તિએ સીમ્સ હોસ્પિટલ પર આવી પોતાનું 'સીમ્સ ગ્રીન કાર્ડ' મેળવવાનું રહેશે.
- એક કાર્ડિંગ પર ફક્ત એક જ કાર્ડ આપવામાં આવશે.
- આ ઓફર ફક્ત જુન ૩૦, ૨૦૧૧ સુધી જ માન્ય રહેશે.



સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.  
એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮ (મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪, ૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૮, ૯૦૯૯૦ ૬૬૫૪૦.  
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦

## સીપીઆર શીખીને તમારા પ્રિય વ્યક્તિની જિંદગી બચાવો



(કાર્ડિયોપલ્મોનરી રેસસીટેશન / કાર્ડિયાક મસાજ)

યુએસએમાં સલાહ આપવામાં આવે છે કે દરેક ઘરના પુખ્ત વ્યક્તિ એ જાણતા હોવા જોઇએ કે કાર્ડિયાક મસાજ કઇ રીતે અપાય

હૃદયની ગતિ બંધ પડી હોય તેવા વ્યક્તિને આપવામાં આવતી તાત્કાલિક સારવાર પ્રક્રિયા કે જે કોઇપણ સામાન્ય વ્યક્તિ શીખી અને અપનાવી શકે છે.

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૨ કલાક માટે સીપીઆર ના ક્લાસનું આયોજન કર્યું છે.

પહેલો ક્લાસ : મે ૧, ૨૦૧૧ (રવિવાર) સમય : સવારે ૧૦ થી ૧૨

વધારે જાણકારી માટે તમારા મોબાઇલમાંથી CPR ટાઇપ કરી તેને નીચેના નંબર પર મોકલો  
ડો. ભાગ્યેશ શાહ (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૮ ડો. વિપુલ ઠક્કર (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૫  
રજીસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક કરો : શ્રીમતી તરવીન્દર દુઆ (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૪૩



Think Green

## સીમ્સ મેડિટેશન અને પ્રાણાયમ ક્લાસીસ

- વધારે સારી જિંદગી માટે આપણા શરીરને વધારે ઓક્સિજનની જરૂર છે
- જ્યારે આપણા શરીરને સુવાની જરૂર પડે છે ત્યારે તેને આરામ જોઇએ છે, ત્યારે આપણા મગજને આરામ અને તણાવ હળવો કરવા મેડિટેશન અને પ્રાણાયમની જરૂર પડે છે.
- તમારો મનોભાર ઓછો કરવા, અમારા સ્વયં સેવક દળ દ્વારા ચાલતા મેડિટેશન અને તણાવ મુક્તિના કાર્યક્રમમાં હાજરી આપો.

દરેક મંગળવાર અને બુધવારે સાંજે ૪.૩૦ થી ૫.૩૦ સુધી સીમ્સ હોસ્પિટલના બેઝમેન્ટ - કેફેટેરીયામાં. બધાનું સ્વાગત છે.

રજીસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક કરો : શ્રીમતી તરવીન્દર દુઆ (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૪૩





## તમારી જીંદગીના સૌથી પ્રિય વ્યક્તિનું રક્ષણ કરો !

સીમ્સ હોસ્પિટલની મુલાકાત લો

### હેલ્થ ચેક-અપ ડિસ્કાઉન્ટ કુપન્સ

જુન ૩૦, ૨૦૧૧ સુધી જ માન્ય

**સીમ્સ સુપર  
એડવાન્સ  
હેલ્થ ચેક-અપ  
ફક્ત ₹ ૧૨૦૦૦/-**

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૧૫૦૦૦/-  
૪૨ વસ્તુઓનું ચેક-અપ જેમાં સમાવિષ્ટ છે  
એડવાન્સ સીટી સ્કેન કેલ્સીયમ  
સ્કોરીંગ, ઇકો, ટીએમટી, છાતીનો  
એક્સ-રે, કેરોટીડ ડોપ્લર  
અને બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન  
સાથે લાવવી જરૂરી છે

જુન ૩૦, ૨૦૧૧ સુધી જ માન્ય

**સીમ્સ  
કોમ્પ્રીહેન્સીવ  
હેલ્થ ચેક-અપ  
ફક્ત ₹ ૪૦૦૦/-**

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૫૦૦૦/-  
૨૦ વસ્તુઓનું ચેક-અપ જેમાં સમાવિષ્ટ છે  
કાર્ડિયો ડાયાબિટીક, ઇકો,  
ટીએમટી, છાતીનો એક્સ-રે  
અને બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન  
સાથે લાવવી જરૂરી છે

જુન ૩૦, ૨૦૧૧ સુધી જ માન્ય

**સીમ્સ  
વુમન વેલનેસ  
હેલ્થ ચેક-અપ  
ફક્ત ₹ ૧૫૦૦/-**

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૨૫૦૦/-  
૧૭ વસ્તુઓનું ચેક-અપ જેમાં સમાવિષ્ટ છે  
છાતીનો એક્સ-રે, મેમોગ્રાફી, પેપ  
સ્મીઅર, અલ્ટ્રા સાઉન્ડ એપ્ડોમીન અને  
બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન  
સાથે લાવવી જરૂરી છે

### સીમ્સ વોલેન્ટીયર પ્રોગ્રામ

સીમ્સ માટે દર્દી  
સૌથી વધારે  
મહત્વની વ્યક્તિ છે



સંપર્ક : સુશ્રી તરવિન્દર દુઆ  
મોબાઈલ નંબર : ૦૯૦૯૯૦૬૮૯૪૩

દર્દીને શારીરિક દૃષ્ટિએ સારા કરવા ઉપરાંત અમે દર્દીને આનંદી અને ખુશ રાખવો એ સૌથી વધારે અગત્યનું છે એમ માનીએ છીએ.

સીમ્સ વોલેન્ટીયર સર્વિસ પ્રોગ્રામ એ આ દિશામાં પહેલું પગલું છે.

સીમ્સ વોલેન્ટીયર સર્વિસ પ્રોગ્રામ એવા વોલિએન્ટર્સ શોધી રહ્યું છે જેમની પાસે સમય છે અને જે સેવા આપવા, મદદ કરવા તૈયાર છે. એ માટે માત્ર સ્મિત અને હૂંફાળો માનવીય સ્પર્શ જ પૂરતાં છે એમ અમારું માનવું છે.

અહીં આપેલા નંબર્સ પર તમારા આગમનની અગાઉથી જાણ કરી આપ હોસ્પિટલની મુલાકાત લઈ શકો છો.



"Maru Hriday" Registered under RNI No. GUJGUJ/2009/28044

Permitted to post at MBC, Navrangpura, Ahmedabad-380009 on the 22<sup>nd</sup> of every month under

Postal Registration No. GAMC-1731/2010-2012 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31<sup>st</sup> December, 2012

If undelivered Please Return to :

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall,

Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines)

Fax: +91-79-2771 2770

Mobile : +91-98250 66664, 98250 66668

‘મારું હૃદય’ નો અંક મેળવવા અંગે : જો તમારે ‘મારું હૃદય’ નો અંક જોઈતો હોય તો તેની કિંમત ₹ ૬૦ (૧૨ અંક) છે. તેને મેળવવા માટે કેશ અથવા ચેક/ડીડી ‘સીમ્સ હોસ્પિટલ પ્રા. લી.’ ના નામનો તમારા નામ અને તમારા પુરતા એડ્રેસની વિગત સાથે અમારી ઓફિસ, “મારું હૃદય” ડિપાર્ટમેન્ટ, સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ પર મોકલી આપશો. ફોન નં. : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૫૯/૧૦૬૦

## સીમ્સ ઇમ્સીપી (એન્હેન્સ્ડ એક્સટર્નલ કાર્ડિન્ટર પલ્સેશન થેરાપી)



નહી કોઈ સર્જરી, નહી ઇન્ટરવેન્શન કે નહી કોઈ દુઃખાવો

**હૃદયરોગની સારવાર માટે એકમાત્ર નોન-ઇન્વેઝીવ ઉપાય\***

\*એવા દર્દી માટે કે જેમની હૃદયની ધમની (આર્ટરી)માં બ્લોક છે અને જેઓ એન્જિયોપ્લાસ્ટી કે બાયપાસ કરાવી શકતા નથી અથવા તો ઇચ્છતા નથી અને એવા દર્દીઓ કે જેમની પહેલા બાયપાસ સર્જરી કરાવેલી હોય અને અત્યારે તેમને છાતીમાં દુઃખાવો હોય.

- ઇમ્સીપી (એન્હેન્સ્ડ એક્સટર્નલ કાર્ડિન્ટર પલ્સેશન થેરાપી) એ નોન-ઇન્વેઝીવ પ્રક્રિયા છે કે જે એન્જાયનાના લક્ષણોને ઓછા કરી દે છે
- ઇમ્સીપીનું ચિકિત્સક અને નૈદાનિક પરીક્ષણ થયેલું છે કે એટ્રોમેટીક આઈટપેશન્ટ અલ્ટરનેટીવ પ્રોસિજર એટલે સર્જીકલ ઇન્ટરવેન્શન એટલે કે બલુન એન્જિયોપ્લાસ્ટી (પીટીસીએ) અને બાયપાસ સર્જરી (સીએબીજી)

ઇમ્સીપી થેરાપીના ફાયદા

- કોરોનરી આર્ટરી સ્ટેનોસીસ માટે નોન-ઇન્વેઝીવ સારવાર
- દર્દીને દાખલ થવાની જરૂર નથી
- સુરક્ષિત, દર્દ રહિત, કોઈ જ સાઇડ ઇફેક્ટ વિના આરામથી થઈ શકે છે
- ખર્ચમાં રાહત

**CIMS**  
Care Institute of Medical Sciences

સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪, ૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૮, ૯૦૯૯૦ ૬૬૫૪૦.

ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ઇમેલ : [opd.rec@cims.me](mailto:opd.rec@cims.me), ઇમેલ : [info@cims.me](mailto:info@cims.me) વેબ: [www.cims.me](http://www.cims.me)

એમ્બ્યુલન્સ અને ઇમરજન્સી : +૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦, ૯૭૨૩૪ ૫૦૦૦૦, ૯૦૯૯૦ ૧૧૨૩૪

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદ્રરાણાએ ધ હાર્ટ કેર ક્લિનિક વતી હરિઓમ પ્રિન્ટરી, ૧૫/૧, નાગોરી એસ્ટેટ, ઇ.એસ.આઇ. ડિસ્પેન્સરીની સામે, દૂધેશ્વર રોડ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૪ ખાતેથી છાપ્યું અને સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ ખાતેથી પ્રસિદ્ધ કર્યું.