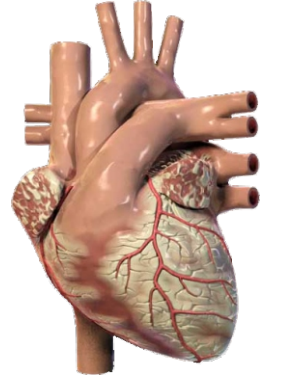


મારું હૃદય

વર્ષ-૨, અંક-૨૦, ૧૫ ઓગસ્ટ, ૨૦૧૧

 **CIMS**[®]
Care Institute of Medical Sciences



Price ₹ 5/-

કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

ડૉ. અનિશ ચંદ્રરાણા

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨

ડૉ. અજય નાઈક

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬

ડૉ. સત્ય ગુપ્તા

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૫૭૮૦

ડૉ. જોયલ શાહ

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૩ ૧૯૬૪૫

ડૉ. રવિ સિંઘવી

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૧ ૪૩૯૭૫

ડૉ. ગુણવંત પટેલ

(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬

ડૉ. કેયૂર પરીખ

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪

ડૉ. મિલન ચગ

(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭

ડૉ. ઉર્મિલ શાહ

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૩૯

ડૉ. હેમાંગ બક્ષી

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧

કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. ધીરેન શાહ

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૫ ૭૫૯૩૩

ડૉ. ધવલ નાયક

(મો) +૯૧-૯૦૯૯૧ ૧૧૧૩૩

ડૉ. દીપેશ શાહ

(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૨૭૯૪૫

પીડિયાટ્રીક અને એડલ્ટ કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. શૌનક શાહ

(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૪૫૦૨

કાર્ડિયાક એન્થેટીસ્ટ

ડૉ. નિરેન ભાવસાર

(મો) +૯૧-૯૮૭૯૫ ૭૧૯૧૭

ડૉ. હિરેન ધોળકિયા

(મો) +૯૧-૯૫૮૬૩ ૭૫૮૧૮

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

ડૉ. કશ્યપ શેઠ

(મો) +૯૧-૯૮૨૪૬ ૧૨૨૮૮

ડૉ. મિલન ચગ

(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭

નીઓનેટોલોજિસ્ટ અને

પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સિવિસ્ટ

ડૉ. અમિત ચિતલીયા

(મો) +૯૧-૯૦૯૯૯ ૮૭૪૦૦

કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજિસ્ટ

ડૉ. અજય નાઈક

(મો) +91-98250 82666

રૂંધાયેલી નળીઓનું પરિણામ - હાર્ટ એટેક

આપણે જોયું કે ધમનીઓ કઈ રીતે કઠણ થઈ જાય છે અને તેમાં અવરોધ આવી જાય છે. તે અવરોધના કારણે એન્જાયના પેક્ટોરિસ અને તેના પછી હૃદયરોગનો હુમલો આવે છે. (અને એક્યુટ માયોકાર્ડિયલ ઇન્ફાર્ક્શન કહેવાય છે.)

જ્યારે હૃદયને લોહી ઓછું પહોંચે છે, ત્યારે ખરેખર શું થાય છે? જો થોડું પણ લોહી મળતું હોય તો દર્દીને છાતીમાં તીવ્ર દુઃખાવો અને ગભરામણ થાય છે. આ સ્થિતિને 'અસ્થિર એન્જાયના' કહેવાય છે. જો લોહી મળતું તદ્દન બંધ થઈ જાય, તો હૃદયના જે ભાગને તે અવરોધવાળી ધમની દ્વારા લોહી મળતું હોય તે ભાગ હંગામી ધોરણે મૃત્યુ જ પામે છે, એટલે કે હૃદયના તે ભાગમાંથી ચેતન જતું રહે છે અને તે પોતાની કાર્યક્ષમતા ગુમાવી દે છે. આને હૃદયરોગનો હુમલો (હાર્ટ એટેક) કહેવામાં આવે છે.

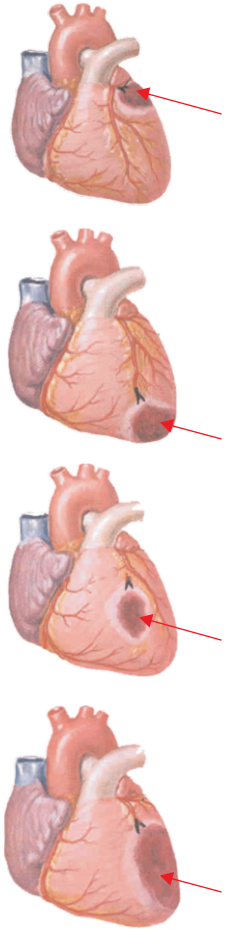
આશ્ચર્યજનક વાત એ છે કે આ બહાદુર અવયવ હજુ પણ લોહી પંપ કરવાનું ચાલુ રાખે છે, પણ ઓછી ક્ષમતાથી. આ હૃદયરોગના હુમલા પછી તરતનો સમય બહુ કટોકટીનો હોય છે. જો હુમલા પછીના ૩થી ૧૨ કલાકમાં યોગ્ય સારવાર આપવામાં આવે, તો હૃદયના જે ભાગને લોહી ન મળવાથી નુકસાન થયું હોય, તે ભાગ ફરીથી કાર્યરત થઈ શકે. આથી હૃદયરોગના હુમલા પછી તાત્કાલિક સારવાર કરવી જોઈએ. હૃદયરોગના તીવ્ર હુમલા વખતે તાત્કાલિક સારવાર ઘણી વાર દર્દીને જીવનદાન અર્પે છે.

હૃદયરોગના હુમલાની ચેતવણીનાં ચિહ્નો

હૃદયરોગના અમુક હુમલા અચાનક અને તીવ્રતાથી આવે છે, પણ મોટાભાગના હૃદયરોગના હુમલા ધીમે રહીને ચાલુ થાય છે અને તેમાં ધીમો દુઃખાવો અથવા ધીમી ગભરામણ થાય છે. આ છે સૌથી સામાન્ય લક્ષણો અને ચિહ્નોમાંનાં થોડાંક :

- છાતીમાં ગભરામણ : છાતીના વચલા ભાગમાં ગભરામણ, જે થોડીક મિનિટોથી વધારે લાંબી ચાલે અથવા તો બંધ

નીચેના તીર બતાવે છે કે હૃદયની જે ધમની બંધ થઈ હોય એ પ્રમાણે હૃદયના સ્નાયુઓને નુકસાન પહોંચે છે.



હાર્ટએટેકથી હૃદયને જુદી જુદી જગ્યાએ નુકસાન થાય છે.



થઈ જાય. તેનાથી અરુચિ પેદા કરતું વજન, દબાણ, ભરાવા અથવા દુઃખાવા જેવું મહેસૂસ થાય.

- **અન્ય ભાગોમાં બેચેની :** આમાં એક અથવા બન્ને બાવડાં, પીઠ, ગળા, જડબા અથવા પેટમાં દુખાવો અથવા બેચેનીનો સમાવેશ થાય છે.
- **શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થવી :** આ તકલીફ અનેક વખત છાતીમાં ગભરામણ થવાની સાથે થાય છે, પણ તે ગભરામણ થતા પહેલાં પણ થઈ શકે.

ઉંમર : પુરુષ	ઉંમર ૪૫ વર્ષ કે તેથી વધારે
ઉંમર : સ્ત્રી	ઉંમર ૫૫ વર્ષ કે તેથી વધારે અથવા પ્રિમેચ્યોર મેનોપોઝ
હૃદયના રોગનો કોટુંબિક ઇતિહાસ	નાની ઉંમરે હૃદયની ધમનીનો રોગ
તમાકુનું સેવન અથવા (ધૂમ્રપાન)	જેટલું વધારે ધૂમ્રપાન અથવા ગુટકાનું સેવન તેમ વધારે જોખમ
લોહીનું ઊંચું દબાણ	સારવાર કર્યા વિના એચ.બી.પી. જેમ લાંબા સમય સુધી, તેમ જોખમ વધુ
લોહીમાં ચરબીનું વધારે પ્રમાણ (એચ.ડી.એલ કોલેસ્ટેરોલ)	૧૩૦ મિ.ગ્રા. / ડી.એલ. કરતા એલ.ડી.એલ. વધુ ૩૫ મિ.ગ્રા. / ડી.એલ. કરતા એચ.ડી.એલ. ઓછું
ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ	સારવાર કર્યા વિના જેમ લાંબા સમય સુધી ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ, તેમ જોખમ વધુ
નાની ઉંમરે હૃદયની ધમનીનો રોગ બાબતમાં કુટુંબના ઇતિહાસની વ્યાખ્યા : પહેલી શ્રેણીના પુરુષ સંબંધી (દાદા, પિતા અથવા ભાઈ) જેઓ ૫૫ વર્ષથી ઓછી ઉંમરે હૃદયરોગના કારણે મૃત્યુ પામ્યા હોય, અથવા પહેલી શ્રેણીની સ્ત્રી સંબંધી (દાદી, માતા અથવા બહેન) જેઓ ૬૫ વર્ષથી ઓછી ઉંમરે હૃદયરોગના કારણે મૃત્યુ પામ્યાં હોય.	

હૃદયરોગ કોને થઈ શકે?

- **અન્ય લક્ષણો :** જેમાં ઠંડો પસીનો છૂટવો, મોળ ચડવો, અથવા મગજ ખાલી-ખાલી લાગવું તેનો સમાવેશ થાય છે. ઊલટી પણ થાય છે.

જો તમને અથવા તમારી સાથેના કોઈને છાતીમાં ગભરામણ થતી હોય, ખાસ કરીને એક અથવા વધુ અન્ય લક્ષણો સાથે, તો થોડી મિનિટથી વધુ વિલંબ ન કરવો (પાંચ મિનિટથી વધારે તો ક્યારેય નહીં) તરત જ કોઈને મદદ માટે બોલાવો અને તાત્કાલિક હોસ્પિટલે પહોંચી જાઓ.

જો તમને પોતાને દુખાવો થતો હોય, અને એમ્બ્યુલન્સ બોલાવી શકો તેમ ન હો, તો કોઈ તમને તાત્કાલિક હોસ્પિટલ લઈ જાય તેની વ્યવસ્થા કરો. મહેરબાની કરીને જાતે વાહન ચલાવીને ન જવું, સિવાય કે બીજો કોઈ જ રસ્તો ન હોય.

‘જુઓ પટેલસાહેબ,’ ડોક્ટરે કહ્યું, ‘તમારા માટે “સર્વોત્તમ સલાહ” એ છે કે તમે સિગારેટ અને તમાકુ બંધ કરો. દારૂ પીવાનું બંધ રાખો અને ચરબીવાળા ખોરાક ન લો.’

‘સર્વોત્તમ સલાહ મારે નથી જોઈતી, પણ બીજા નંબરની ઉત્તમ સલાહ આપો.’

ઝડપભેર સારવાર કઈ રીતે શરૂ કરવી?

હૃદયરોગના હુમલાને ઓળખતાં શીખી લેવું અને તાબડતોડ સુસજ્જ હોસ્પિટલ જવું. તે તાત્કાલિક સારવાર મેળવવા માટેનો શ્રેષ્ઠ રસ્તો છે. આમ કરવા માટે હૃદયરોગનાં સામાન્ય લક્ષણો વિશે ઘરની સર્વે વ્યક્તિઓને માહિતી હોવી જ જોઈએ. દર્દી પોતે, તેનાં પતિ/પત્ની, સગાં-સંબંધી, મિત્રો, ફેમિલી ડોક્ટર, હોસ્પિટલ અને હૃદયરોગ નિષ્ણાતે મળીને એક ટીમ બનાવવી જોઈએ, જેથી કરીને દર્દીને સર્વશ્રેષ્ઠ સારવાર મળે.

ઘણી વખત અમે હૃદયરોગના તીવ્ર હુમલાવાળા દર્દીને સારામાં સારી સારવાર આપી શક્યા છીએ તો ફક્ત એટલા જ કારણસર કે તે દર્દીને સમયસર અમારી પાસે લાવવામાં આવ્યા હતા.

આ થવાનું કારણ એ હતું કે દર્દી અને તેને ટેકો આપનાર લોકો હૃદયરોગ હુમલાનાં લક્ષણો અને નિશાનીઓથી અને હુમલો આવે ત્યારે શું કરવું તેનાથી પરિચિત હતા. તે ઉપરાંત હોસ્પિટલ કટોકટીની હાલતવાળા દર્દીની સારવાર કરવા માટે તૈયાર સ્થિતિમાં હતી.

પહેલો એક ક્લાક

સંશોધન દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે હૃદયરોગના હુમલાથી થતા મોટાભાગના મૃત્યુ છાતીમાં દુખાવો થાય ત્યાર પછીના પહેલા ક્લાકમાં જ થાય છે. પણ જો લોહી ન પહોંચતું હોય તેવા હૃદયના સ્નાયુના ભાગને થોડી જ વારમાં લોહી આપવામાં આવે, તો તે ખામી વગર ફરીથી તદ્દન સ્વસ્થ થઈ જાય છે. એટલે હૃદયરોગના હુમલાની સર્વોત્તમ સારવાર જે ટલી વહેલી મળે એટલી સારી.



તમને અથવા કોઈને હૃદયરોગનો હુમલો આવ્યો છે તેવી શંકા હોય તો ડોક્ટરને ઘરે બોલાવવાથી કિંમતી સમય બરબાદ થાય છે અને સમયની બરબાદીના હિસાબે મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. એટલે હૃદયરોગના હુમલા પછીની સર્વોત્તમ સારવાર માટે પૂરેપૂરી સુવિધા હોય તેવી નજીકની હોસ્પિટલમાં જલદીમાં જલદી પહોંચી જવું જોઈએ.



હૃદયરોગનો શાંત હુમલો

ડાયાબિટીસના દર્દીને હૃદયરોગનો હુમલો આવે ત્યારે દુખાવો ન થાય તેવું બની શકે. તેમને કદાચ કોઈ જ લક્ષણ ન અનુભવાય અથવા તો થોડો શ્વાસ ચડે અથવા પસીનો વળે, અથવા ખૂબ જ નબળાઈ લાગે. આ પ્રકારના કિસ્સાઓનો ખ્યાલ ન આવે અને તેની સારવાર ન થાય એવું બને, કારણ કે ઘણા લોકો આવાં સામાન્ય લક્ષણોને ધ્યાનમાં ન લે.

હૃદયરોગના હુમલામાં શું કરવું?

જે પણ કામ કરતા હોય તે બંધ કરીને આરામ કરો. ઓગળી શકે તેવી એસ્પિરિનની એક ગોળી લો. તેનાથી લોહી પાતળું થઈ જાય છે અને તેને જામતું અટકાવે છે. એસ્પિરિનની એક ગોળી લેવી એ

હૃદયનાં હુમલા માટે ઘરે થઈ શકે તેમાં સૌથી સારો ઇલાજ છે. નાઈટ્રોગ્લિસરિનની એક ગોળી જીભની નીચે મૂકી દો. તરત મદદ માંગો અને એમ્બ્યુલન્સ બોલાવો.

તમારા ડૉક્ટરનો ઘોર બોલાવવાથી કિંમતી સમય બરબાદ થાય છે. ફોન પર તમારા ડૉક્ટરને તકલીફની વાત કરીને તાત્કાલિક હોસ્પિટલે પહોંચી જાઓ.

ઓગળી શકે તેવી એસ્પિરિન લેવી તે સૌથી મહત્વનું છે, જે જીવ બચાવી શકે છે અને જ્યારે પણ તમને પોતાને હૃદયરોગનો હુમલો થયો હોવાની શંકા જાય ત્યારે તમે એસ્પિરિન લઈ શકો છો.

હોસ્પિટલની અંદર

હૃદયરોગના હુમલાના કેસ ઈન્ટેન્સિવ કોરોનરી કેર યુનિટ (આઈ.સી.સી.યુ.)માં જાય છે. બીમારીની ઘટનાનો ઇતિહાસ, તબીબી તપાસ, લોહી તપાસ અને ઇ.સી.જી.થી નિદાન ચોક્કસ બને છે.

હૃદયના હુમલાનું ચોક્કસ નિદાન



એક દિવસ ડોક્ટર એક દર્દીના લેબોરેટરી રિપોર્ટ જોઈ ચમક્યા. દર્દીનું કોલેસ્ટેરોલ ખૂબ વધારે હતું. બ્લડપ્રેશર પણ ખૂબ ઊંચું હતું., ડાયાબિટીસ બેકાબૂ હતો. ડોક્ટરે તરત દર્દીનાં પત્નીને ફોન જોડ્યો, ‘તમારા પતિના લેબ રિપોર્ટ આવી ગયા છે અને તે બહુ જ ખરાબ છે. એમને મળતાં પહેલાં હું તમને એ કહેવા માંગું છું કે તમે મારી સલાહનું પૂરેપૂરું પાલન નહીં કરો તો એ છ માસમાં ગુજરી જશે.’

‘હું એમના માટે શું કરું ડોક્ટર?’ દર્દીનાં પત્નીએ પૂછ્યું.

‘એમની જિંદગીમાંથી તણાવના બધાં કારણો કાઢી નાંખો.’ ડોક્ટરે કહ્યું. ‘ઘર એકદમ ચોખ્ખું રાખો. એમને માટે ત્રણ વખત પૌષ્ટિક રસોઈ બનાવો અને ખૂબ પ્રેમ આપો.’

એ બહેને ફોન મૂકી દીધો અને પતિને કહ્યું, “ડોક્ટરનો ફોન હતો.”

‘શું કહ્યું એમણે?’

‘કહેતા હતા કે તમે છ મહિના પણ નહીં ખેરો!’



થયા બાદ દર્દીના ઇ.સી.જી. સતત નોંધવામાં આવે છે. તે પછીનો ઇલાજ હૃદયરોગ નિષ્ણાત બહુ સમજી વિચારીને નક્કી કરતાં હોય છે.

અમુક કેસમાં ઓક્સિજન અપાય છે. લોહીને પાતળું બનાવવા માટે એસ્પિરિન જેવી દવાઓ આપાય છે. ઇન્જેક્શનથી નસોના માર્ગ દ્વારા નાઈટ્રોગ્લિસરિન આપી શકાય. આનાથી હૃદયમાં લોહી વહેવાનું વધી જાય છે. સ્ટ્રેપ્ટોકોઈનેઝ, યુરોકોઈનેઝ અથવા ટી.પી.એ. જેવી જામેલા લોહીને ઓગાળી શકતી દવા આપી શકાય.

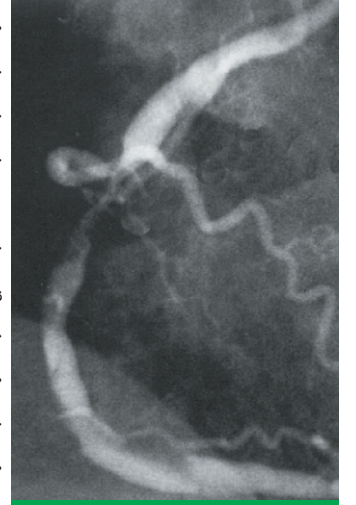
વારંવાર ઇ.સી.જી. નોંધાવાથી હૃદયરોગના હુમલામાં થતી પ્રગતિ વિશે ડૉક્ટરોને ખબર પડે. એની સાથે ટ્રોપોનિન અથવા સી.પી.કે. એન્ઝાઈમ જેવી લોહીની તપાસ કરવામાં આવે છે કારણ એ પણ હૃદયરોગના હુમલાની પ્રગતિ વિશેનો અણસાર આપે છે.

પ્રાઈમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી

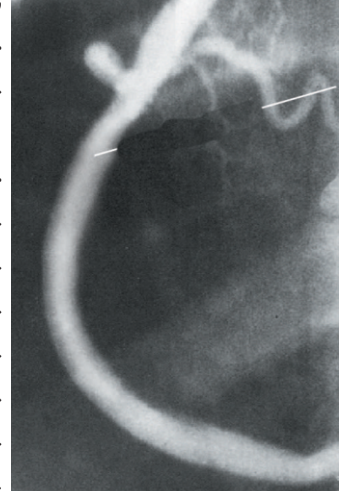
જો દર્દીને સમયસર દાખલ કરવામાં આવ્યો હોય તો હૃદયરોગના હુમલાની સારવારમાં સામાન્ય રીતે પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવામાં આવે છે.

આ ‘પ્રોસિજર’માં જાંઘની ધમનીમાં કાણું પાડીને તેમાં નાનકડા ફુગ્ગાવાળા કેથેટરને પસાર કરવામાં આવે છે. આ કેથેટરને ત્યાંથી હૃદયની કોરોનરી ધમનીઓની અંદર પસાર કરવામાં આવે છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટીમાં જે કોરોનરી ધમની/ધમનીઓમાં અવરોધ આવ્યો હોય, તેને તરત જ ખોલી નાંખવામાં આવે છે. આ સારવારનો ફાયદો એ છે કે લોહીના પુરવઠાથી વંચિત રહેવાના કારણે હૃદયના સ્નાયુમાં



૯૦ ટકા બંધ ધમની



એન્જિયોપ્લાસ્ટી પછી પૂરેપૂરી ખૂલ્લી ધમની



નુકસાન થતું રોકી શકાય છે. તેમજ આવી પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી વખતે એન્જિયોગ્રામમાંથી એ પણ જાણી શકાય છે કે બંધ થયેલી ધમની ખૂલી છે કે નહીં.

હૃદયરોગના હુમલા પછી તરત જ એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવી એને દુનિયાભરમાં હાર્ટ એટેકની સર્વશ્રેષ્ઠ સારવાર તરીકે સ્વીકારવામાં આવી છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી અંગેનો નિર્ણય

હૃદયરોગના હુમલામાં પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી એ શ્રેષ્ઠ સારવાર છે ખરી, પણ દર્દી, તેનાં પતિ/પત્ની અને સગાં-સંબંધીઓને કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરાવવી કે નહીં તેનો અતિશય અગત્યનો નિર્ણય લેવાનો હોય છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી જેવી મોટી હસ્તક્ષેપ ક્રિયા (Interventional Procedure) કરવા



માટે કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં હા'પાડવી કે નહિ એ નક્કી કરવામાં કદાચ એક વાત મદદરૂપ બને. હૃદયરોગના હુમલાના મોટાભાગના કિસ્સાઓમાં વહેલીમોડી ક્યારેક તો તપાસ માટે એન્જિયોગ્રાફી કરવી જ પડે છે. એટલે એવું સમજવું કે ક્યારેક એન્જિયોગ્રાફી કરીએ તેના બદલામાં તાત્કાલિક એન્જિયોગ્રાફી અને આવશ્યક લાગે તો એન્જિયોપ્લાસ્ટી કેમ ના કરાવી લઈએ? તાત્કાલિક એન્જિયોગ્રાફી અને એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરાવવાથી હૃદયને ઓછામાં ઓછું નુકસાન પહોંચશે અને વધારાનો ફાયદો મળશે.

તાત્પર્ય: તાત્કાલિક પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરાવી લેવી સલાહભર્યું છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી એવી હોસ્પિટલમાં જ થવી જોઈએ, જ્યાં સામાન્ય રીતે પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી થતી હોય. તેમજ અનેક પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવાનો અનુભવ ધરાવતાં કુશળ હૃદયરોગ નિષ્ણાત પાસે જ પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરાવવી જોઈએ.

શોખોલાઈસિસ (જામેલા લોહીને ઓગાળવાની ક્રિયા)

જે લોકો કોઈ પણ કારણસર પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરાવી શકે તેમ ન હોય તેમનું શું? એવા સંજોગોમાં જામેલા લોહીના ગઠ્ઠાને ઓગાળી શકતા સ્ટ્રેપ્ટોકોઈનેઝ અને યુરોકોઈનેઝ જેવા એન્ઝાઈમ નસો વાટે આપવામાં આવે છે. આ એન્ઝાઈમ જામેલા લોહીને ઓગાળી શકે છે, પણ કમનસીબે તે ફક્ત ૬૦ ટકા કિસ્સાઓમાં જ અસરકારક બને છે.

એક વખત આદર્શ સારવાર શરૂ થઈ જાય, એટલે દર્દીનો જાન પ્રમાણમાં સુરક્ષિત થઈ જાય છે.

હૃદયરોગના હુમલા પછી બીજી બીમારીઓ લાગવાની શક્યતા હોય છે. સામાન્ય રીતે હૃદય નબળું પડી જવું, ફરીથી હૃદયરોગનો હુમલો આવવો, અથવા હૃદયના ધબકારા અનિયમિત થઈ જવા (એરિથમિયા) વગેરે જેવી તકલીફોનો ઇલાજ તાત્કાલિક યોગ્ય સારવાર મળવાથી થઈ શકે છે.

સ્વાસ્થ્ય સ્થિર થયા પછી દર્દીને આઈ.સી.સી.યુ.ની બહાર લાવી શકાય છે. અને તેની હાલતને ધ્યાનમાં રાખીને થોડા દિવસમાં રજા આપી શકાય છે. પાછળથી પણ દર્દીને એન્જિયોગ્રાફીની જરૂર પડી શકે.

હૃદયરોગના હુમલા પછી

હૃદયરોગ નિષ્ણાતને દર્દીની સ્થિતિ સ્થિર લાગે એ પછી જ તેઓ દર્દીને ઘરે મોકલે છે.

૨-૩ દિવસ સુધી આરામ અને વિશ્રામ જરૂરી છે. હૃદયરોગના હુમલાની તીવ્રતાને ધ્યાનમાં લઈને ધીમે ધીમે દર્દી તેનાં રોજબરોજનાં કાર્યોની શરૂઆત કરી શકે અને કસરત પણ કરી શકે. દર્દીને ૭ થી ૧૦ દિવસમાં ચાલવા અને થોડુંક કામ કરવા પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે.



‘ડોક્ટર સાહેબ, એન્જિયોપ્લાસ્ટીની ફી કેટલી થાય?’

‘૧૦,૦૦૦ રૂપિયા.’

‘શું? અર્ધા કલાકના કામ માટે આટલા બધા પૈસા?’

‘તમે કહેતા હો તો ધીમે ધીમે બે કલાકમાં પણ કરી આપું.’



હૉસ્પિટલમાંથી રજા મળ્યા પછી

નાહવા અને તૈયાર થવા જેવાં બધાં જ અંગત કાર્યો જાતે કરી શકાય. તેમ છતાં, કદાચ જરૂર પડી શકે તે વાત ધ્યાનમાં રાખીને કોઈને નજીકમાં રાખવું જોઈએ. સંડાસ કરવા માટે બેડપૅન (પલંગ પર સૂતાં-સૂતાં સંડાસ કરવા માટેનું પાત્ર)નો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ, કારણ કે તે અગવડભર્યું છે અને અસાધારણ સ્થિતિમાં મળ પસાર કરવા માટે જોર પાડે છે, અને તેનાથી લોહીનું દબાણ વધી શકે. પલંગની નજીક બેઠકવાળું જાજરૂ વાપરવું એ શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે. હૉસ્પિટલમાંથી રજા આપ્યા પછી કમોડ (બેઠકવાળું જાજરૂ) વાપરવું હિતાવહ છે. ઊભડક બેસવું પડે તેવું જાજરૂ ઓછું વાપરવું જોઈએ.

જિંદગી ખરેખર ૪૦મા વર્ષે શરૂ થાય છે. પણ કમનસીબે એ જ ઉંમરે સંધિવા, હૃદયરોગ અને પ્રોસ્ટેટની બિમારી વગેરે પણ શરૂ થાય છે!



એક અઠવાડિયા પછી

ડૉક્ટરનો અભિપ્રાય લીધા પછી થોડું થોડું ચાલી શકાય, અને ધીમે ધીમે અંતર વધારી શકાય (જેમ કે ચાલવાના અંતરમાં રોજ ૫૦ થી ૧૦૦ મીટરનો વધારો કરી શકાય.) દાદરા ચઢવાનું ચાલુ કરો. શરૂઆત ૨-૩ દાદરાથી કરો. ભારે વજન ન ઊંચકવું. જમ્યા પછી ૨-૩ કલાક સુધી કસરત ન કરવી. હૉસ્પિટલમાંથી રજા મળે, તે પછીના લગભગ ચાર અઠવાડિયાંમાં ધીરે ધીરે બધું કામ કરી શકાય, પણ તે સમયગાળો હૃદયરોગના હુમલાની તીવ્રતા ઉપર આધારિત છે. જેને એન્જિયોપ્લાસ્ટી અથવા બાયપાસ શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં આવી હોય, તેવા દર્દીઓ તો અઠવાડિયા પછી એકાદ કિ.મી.થી વધુ ચાલી શકે.

ઘણા ડૉક્ટરો એકની એક ભૂલ ૨૦થી ૨૫ વખત કરે છે અને તેને અનુભવ કહે છે.



સીટી કોરોનરી કેલ્સિયમ સ્કોરિંગ

હૃદયની સમસ્યાનો તાગ મેળવવા માટે એક સરળ કસોટી

સીટી કોરોનરી કેલ્સિયમ સ્કેન એ હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્સિયમ ધોળાઈને ડાહરી, સ્થળ અને પ્રમાણ જાણવા માટેની નોન-ઇનવેઝિવ પદ્ધતિ છે. હૃદયની ધમનીઓ હૃદયના સ્નાયુઓને ઓક્સિજન સાથેના લોહીનો પુરવઠો પહોંચાડે છે.



સીટી કોરોનરી કેલ્સિયમ સ્કોરિંગથી તમને ત્રણ મહત્વની માહિતી મળશે:

૧. તમારી હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્સિયમની ડાહરી કે ગેરહાજરી.
૨. તમારી હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્સિયમનું પ્રમાણ.
૩. ભવિષ્યમાં હાર્ટએટેક આવવાની શક્યતા.



સ્કેન સમય: ૩૦ સેકન્ડથી પણ ઓછો

CIMS
Care Institute of Medical Sciences

સીમ્સની મુલાકાત લો અને સીટી કેલ્સિયમ સ્કોરિંગ કરાવો

ફક્ત ₹ ૨૮૦૦/-

યશ્મિના ચૌહાણનો અભિપ્રાય

હું યશ્મિના ચૌહાણ બધાનો આભાર માનું છું અને મને જે સેવા આપી તે બદલ તમારો ખુબ ખુબ આભાર.

મને ૨૬ મે, ૨૦૧૧ ના રોજ હોસ્પિટલમાં છાતીમાં દુખાવાના કારણે દાખલ કરવામાં આવી (હું વિચારતી હતી કે મને સામાન્ય એસેડીટીનો દુખાવો હશે) પરંતુ ભગવાનની કૃપાથી મારો ઇલાજ સીમ્સના કાર્ડિયોલોજિસ્ટે કર્યો. તેમણે તે જ સમયે મારી એન્જિયોગ્રાફી કરવાનો તાત્કાલિક નિર્ણય લીધો. એન્જિયોગ્રાફી કરતા તેમને માલુમ પડ્યું કે મારી એક ધમનીમાં ૧૦૦ ટકા બ્લોક હતો. તરત જ તેમને તે જ સમયે મારી એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરી અને મને મોટા હાર્ટ એટેકના હુમલામાંથી મારી જિંદગી બચાવી.

હું બે દિવસ હોસ્પિટલમાં રહી તા. ૨૮ મે, ૨૦૧૧ના રોજ મને હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવી અને તે જ દિવસે મારો જન્મ દિવસ હતો. સીમ્સ હોસ્પિટલના સ્ટાફે તે દિવસે મારા માટે જન્મ દિવસની ઉજવણી કરી. તેઓ મારા માટે કેક લાવ્યા અને મને ગીફ્ટ આપી તે ગીફ્ટ મારા માટે આજીવન અવિસ્મરણીય રહેશે.

ફરીથી એક વાર સારા અને હસ્તો ચહેરો રાખતા સીમ્સ હોસ્પિટલના બધા કર્મચારીનો તથા જે કાર્ડિયોલોજિસ્ટે ખુબ જ કટોકટી વાળી પરિસ્થિતિમાં મારી જિંદગી બચાવી તેવા સીમ્સના કાર્ડિયોલોજિસ્ટનો નો ખુબ ખુબ આભાર

- યશ્મિના ચૌહાણ



સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર +૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦

શારીરિક ઇજાથી થતા મૃત્યુ એ બધા પ્રકારના રોગોથી થતા મૃત્યુમાં પ્રથમ છે.

કુદરતી ઇજા

- ભૂકંપ
- સુનામી
- ભેખડ ઘસવી, વગેરે

મનુષ્ય સર્જીત ઇજા

- રસ્તા પર થતા અને રેલ્વે અકસ્માત
- માચમારી
- કોમી રમખાણો
- બોમ્બ બ્લાસ્ટ
- ફેક્ટરીમાં સર્જાતા અકસ્માત, વગેરે



૨૪ X ૭ ટ્રોમાં આઈ.સી.યુ. તથા ઓપરેશન થીયેટર

ATLS એડવાન્સ ટ્રોમા લાઇફ સપોર્ટ, અમેરિકન કોલેજ ઓફ સર્જન્સ દ્વારા, પ્રોટોકોલ પ્રમાણે, ક્વોલીટી ઇન્ડેક્સ ટ્રોમા સર્જનની લીડરશીપમાં અદ્યતન સારવાર

દર્દીને આધુનિક અને સીસ્ટેમેટીક ટ્રોમા સેન્ટરમાં સારવાર મળે તો ૮૫ % જેટલી જાનહાનિ બચી શકે છે.

જો તમને ઉપરની કોઈપણ ઇજા થાય તો સીમ્સ માં આવો. સીમ્સ તમારી સાથે છે

સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર - પશ્ચિમ ભારતનું પ્રથમ એક્સ્ક્યુઝિવ ટ્રોમા સેન્ટર



સીમ્સ ટ્રોમા સર્જન

ડૉ. સંજય શાહ (મો) +૯૧-૯૮૯૮૦ ૦૦૨૬૫

સીમ્સ ક્રિટિકલ કેર - ૨૪ X ૭ સેવા ઉપલબ્ધ

તમારી કોઈપણ ઇમરજન્સીમાં અમે તમારી સાથે છીએ

કાર્ડિયાક, ન્યુરો, ગેસ્ટ્રો, યુરોલોજીકલ, પોલીટ્રોમા, રીનલ ફેલ્યોર, સોફ્ટિસ જેવી ઇમરજન્સીમાં તાત્કાલીક સારવાર

- શું તમને ઝેરી મેલેરિયા, ડેન્ગ્યુ, કમળો, ક્ષય કે અન્ય વિક્ષાણુજન્ય રોગ થયેલ છે ?
- ખેંચની બીમારી, લકવા, અકસ્માતમાં ઇજા થયેલ છે ?
- ગંભીર બીમારી / કેન્સર છે કે જેમાં ભારે દવાઓ, ડાયાલીસીસ અને વેન્ટિલેટર સારવારની જરૂર છે.
- ભારે રોગના કારણે શરીરના એક કરતાં વધુ અંગ નિષ્ક્રિય થઈ ગયા છે ?
- ફેફસાના, પેટના લોહીના રોગો કે જેમાં એન્ડોસ્કોપી, બીજા વિશેષજ્ઞોની સંગઠિત સારવારની જરૂર છે.



સીમ્સ ક્રિટિકલ કેર ટીમ

ડૉ. વીપુલ ઠક્કર (મો) +૯૧-૯૦૯૮૦ ૬૮૮૩૫
ડૉ. ભાગ્યેશ શાહ (મો) +૯૧-૯૦૯૮૦ ૬૮૮૩૮



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

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮ (મો) +૯૧-૯૦૯૮૦ ૬૬૫૪૦ ઇમેઇલ : opd.rec@cims.me

ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦ (મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪, ૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૮

ઇમેઇલ : info@cims.me વેબ: www.cims.me

એમ્બ્યુલન્સ અને ઇમરજન્સી : +૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦, ૯૭૨૩૪ ૫૦૦૦૦, ૯૦૯૮૦ ૧૧૨૩૪

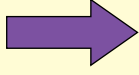
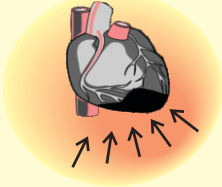


હૃદયરોગના હુમલાની તાકીદની સારવાર

અમે હાર્ટએટેક વખતે ટૂંક સમયમાં સર્વ શ્રેષ્ઠ સારવાર આપીએ છીએ



દરેક ક્ષણ મહત્વની છે
અમારી કાર્ડિયોલોજી ટીમ 24 X 7 X 365 ઉપલબ્ધ છે



હાર્ટ એટેક ના ચિન્હોમાં
૧ થી ૧૨ કલાકમાં
સીમ્સ આવી પહોંચાય

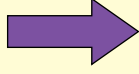


હાર્ટ એટેક : દરેક ક્ષણ જીવન માટે અમુલ્ય

હાર્ટ એટેક કરતાં પણ ખરાબ સ્થિતિ છે તાત્કાલિક યોગ્ય સારવાર સુધી ન પહોંચી શકવું
એમ્બ્યુલન્સથી ઇમરજન્સી રૂમ માં આવવા: પાંચ મિનિટ



હાર્ટ એટેક ના દર્દીને સ્વીકારવા માટે
સ્ટાફ તાત્કાલિક તૈયાર રહે છે.



તાત્કાલિક
નરમમાં દવા ચાલુ કરવી,
ઇસીજી, બ્લડ ટેસ્ટ
૧૦ મિનિટ

સંપૂર્ણપણે સંકલિત સિસ્ટમના કારણે
અમારે ત્યાં એડમીશનથી એન્જિયોપ્લાસ્ટી (ડીટુબી)
નો સમય ૬૦ મિનિટ કરતાં ઓછો છે.
(ડી 2 બી = ડોર 2 બલૂન એન્જિયોપ્લાસ્ટી સમય)

કેથ લેબ અઠવાડિયાના ૭ દિવસ ૨૪ કલાક ચાલુ હોય છે

એન્જિયોગ્રાફી ૭ સેકન્ડમાં

એન્જિયોગ્રાફી ૧-૫ મિનિટની અંદર
અમે અત્યાધુનિક એન્જિયોગ્રાફી
મશીનનો ઉપયોગ કરીને
૭ સેકન્ડની અંદર એન્જિયોગ્રાફી
કરીએ છીએ.

એન્જિયોપ્લાસ્ટી વિશે કાઉન્સેલિંગ:

હાર્ટ એટેકમાં ૫ થી ૧૦ મિનિટ

કેથ લેબ સંપૂર્ણ સ્ટાફ ધરાવે છે
જેમાં કાર્ડિયોલોજી અને કાર્ડિયાક
સર્જરીની સંકલિત ટીમ છે:
જે હોસ્પિટલમાં જ હાજર હોય છે.



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

એન્જિયોગ્રાફી ફક્ત સાત સેકન્ડ માં !



વિશ્વનું સૌથી ઝડપી એન્જિયોગ્રાફી મશીન
(ફિલિપ્સ એક્સપર ટેકનોલોજી) સીમ્સમાં ઉપલબ્ધ છે.

આ મશીનમાં ફક્ત ૭ સેકન્ડમાં એન્જિયોગ્રાફીના ફોટા પડે છે.

આજના ઝડપી સમયમાં દર્દી માટે આ ઝડપી સુવિધા

એન્જિયોપ્લાસ્ટીના સારા પરિણામ માટે સ્ટેન્ટ બુસ્ટ ટેકનોલોજી

સીમ્સ કાર્ડિયાક ટીમ ૨૫ વર્ષ કરતાં વધુ અનુભવ સાથે ભારતની અગ્રણી કાર્ડિયાક ટીમ પૈકી એક

દર મહિને ૬૦૦થી વધુ કાર્ડિયાક પ્રોસિજર. ગુજરાતમાં ખાનગી ક્ષેત્રે સૌથી વધુ

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

Permitted to post at MBC, Navrangpura, Ahmedabad-380009 on the 22nd of every month under Postal Registration No. **GAMC-1731/2010-2012** issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st 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

સીપીઆર શીખીને તમારા પ્રિય વ્યક્તિની જિંદગી બચાવો

(કાર્ડિયોપલ્મોનરી રેસસીટેશન / કાર્ડિયાક મસાજ)



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

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

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૨ કલાક માટે

નિ:શુલ્ક સીપીઆર ના ક્લાસનું આયોજન કરે છે.

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

(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૬૫૨૭

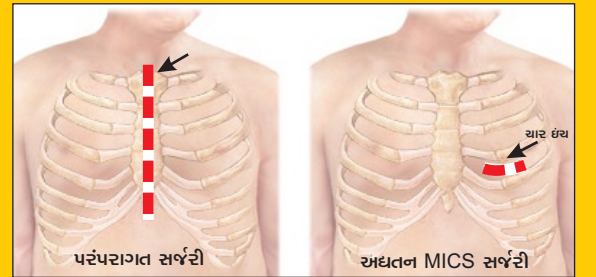
(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૪૩



સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ઓપોઈન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮
(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૬૫૨૭ ઇમેઇલ : opd.rec@cims.me
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
મોબાઇલ : +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪, ૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૮
ઇમેઇલ : info@cims.me વેબ : www.cims.me

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

હૃદયની સર્જરી ફક્ત ૩-૪ ઇંચના કાપાથી



મીનીમલી ઇન્વેઝીવ કાર્ડિયાક સર્જરી (MICS)

MICS ના અત્યાધુનિક સાધનોથી સુસજ્જ પશ્ચિમ ભારતની પ્રથમ હોસ્પિટલ

આ હૃદય રોગ સર્જરી (MICS) ના ફાયદા:

ઝડપી રીકવરી • વહેલા ડીસ્ચાર્જ
ઓછો દુ:ખાવો • કોસ્મેટીક ફાયદો

ક્લાસ ૧૦૦ લેમીનાર એરફ્રીલો મોડ્યુલર ઓપરેશન થીયેટર



તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદ્રાણાએ 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.