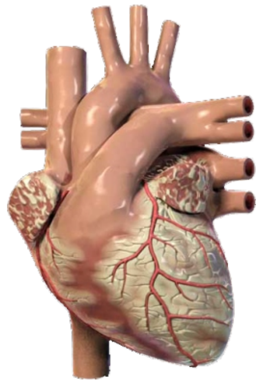
મારું હૃદય

વર્ષ-૩, અંક-૩૧, ૧૫ જુલાઈ, ૨૦૧૨

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

Price ₹ 5/-



કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. અનિશ ચંદારાણા +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨
ડૉ. અજય નાઇક +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬
ડૉ. સત્ય ગુપ્તા +૯૧-૯૯૨૫૦ ૪૫૭૮૦
ડૉ. જોયલ શાહ +૯૧-૯૮૨૫૩ ૧૯૬૪૫
ડૉ. ગુણવંત પટેલ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬
ડૉ. કેયૂર પરીખ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪
ડૉ. મિલન ચગ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ડૉ. ઉર્મિલ શાહ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૯૩૯
ડૉ. હેમાંગ બક્ષી +૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧

કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. ધીરેન શાહ +૯૧-૯૮૨૫૫ ૭૫૯૩૩
ડૉ. ધવલ નાયક +૯૧-૯૦૯૯૧ ૧૧૧૩૩
ડૉ. દીપેશ શાહ +૯૧-૯૦૯૯૦ ૨૭૯૪૫

પીડિયાટ્રીક અને સ્ટ્રક્ચરલ હાર્ટ સર્જન

ડૉ. શૌનક શાહ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૪૫૦૨
ડૉ. આશુતોષ સિંઘ +૯૧-૮૨૩૮૦ ૦૧૯૭૬

વાસ્ક્યુલર અને એન્ડોવાસ્ક્યુલર સર્જન

ડૉ. સુજલ શાહ +૯૧-૯૧૩૭૭ ૮૮૦૮૮

કાર્ડિયાક એનેસ્થેટીસ્ટ

ડૉ. નિરેન ભાવસાર +૯૧-૯૮૭૯૫ ૭૧૯૧૭
ડૉ. હિરેન ધોળકિયા +૯૧-૯૫૮૬૩ ૭૫૮૧૮
ડૉ. ચિંતન શેઠ +૯૧-૯૧૭૩૨ ૦૪૪૫૪

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. કશ્યપ શેઠ +૯૧-૯૯૨૪૬ ૧૨૨૮૮
ડૉ. મિલન ચગ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭

નીઓનેટોલોજીસ્ટ અને પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સીવીસ્ટ

ડૉ. અમિત ચિતલીયા +૯૧-૯૦૯૯૯ ૮૭૪૦૦

કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. અજય નાઇક +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬

રૂંધાયેલી નળીઓનો ઇલાજ : ઓપરેશન

અગાઉ કહ્યું તે પ્રમાણે, હસ્તક્ષેપી હૃદયરોગ નિષ્ણાતોને (Interventional Cardiologists) આપણે વિનોદી ભાષામાં "પ્લમ્બર અને ઇલેક્ટ્રિશિયન" કહીએ છીએ. તે જ રીતે હૃદયના સર્જનને હૃદયનો "સુથાર" (Carpenter) કહી શકાય કારણ કે તે બીમાર હૃદયનું સમારકામ કરે છે.' બાયપાસ ઑપરેશન'એ પ્રચલિત શબ્દ છે અને કૉરોનરી આર્ટરી બાયપાસ ગ્રાફ્ટ (સી.એ.બી.જી.) માટેનું સંક્ષિપ્ત રૂપ છે. હૃદયની ધમનીના રોગ (સી.એ.ડી)ની સારવાર માટે જરૂર પડે ત્યારે આ શસ્ત્રક્રિયા કરવી જ જોઈએ. આ શસ્ત્રક્રિયા કરવાથી હૃદયમાં લોહીનો પ્રવાહ સુધરે છે, છાતીમાં દુખાવો અને ગભરામણ દૂર થાય છે, થાક ઓછો થાય છે, દવાઓની જરૂરિયાત ઘટે છે, શારીરિક પ્રવૃત્તિ માટેની કાર્યક્ષમતા વધે છે અને તંદુરસ્તીની અનુભૂતિ પાછી આવે છે. સી.એ.બી.જી. શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં ન આવે તો હૃદયની ધમનીઓમાં સરજાયેલ અવરોધ જીવલેણ નીવડી શકે છે.

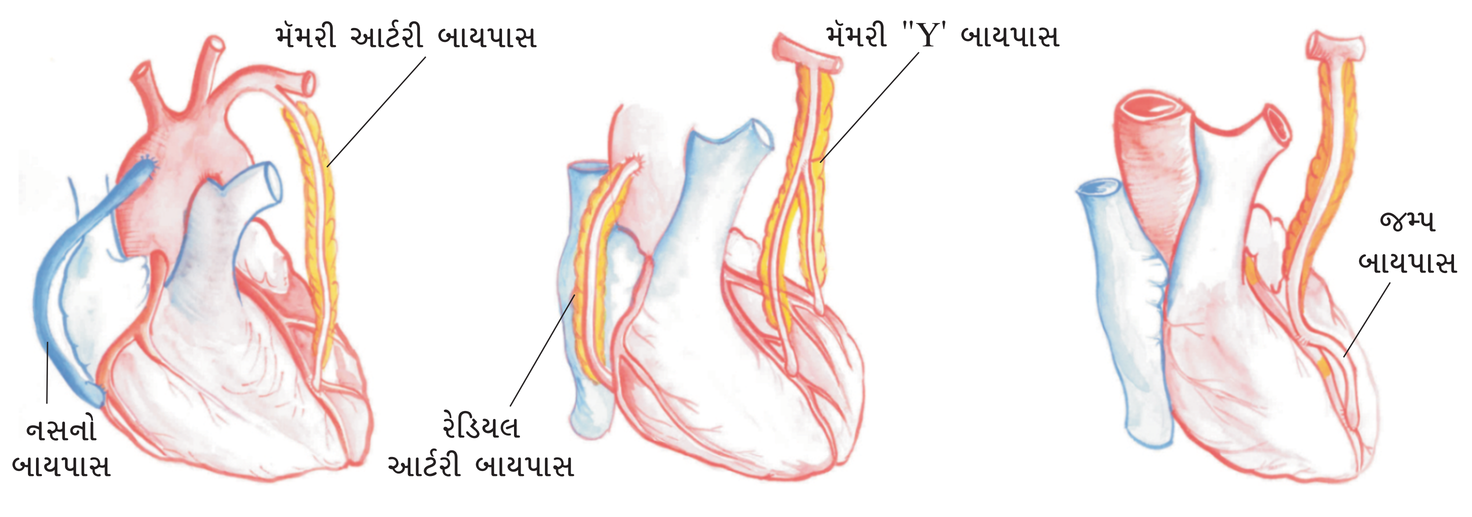
બાયપાસ સર્જરી

અવરોધોને ટાળવા માટે ઉપમાર્ગ (બાયપાસ)

સદ્નસીબે, ક્યારેક સળંગ આખી ધમની રૂંધાયેલી હોતી નથી. તેના કોઈ એક ભાગમાં જ અવરોધ હોય છે. અવરોધથી આગળની નળી મોટા ભાગે ખુલ્લી જ હોય છે. અવરોધ જ્યારે ગૂંચવણભર્યા હોય અને એક કરતાં વધુ ધમનીમાં ફેલાયેલા હોય, ત્યારે હૃદયરોગ નિષ્ણાત બાયપાસ કરવાની સલાહ આપશે. આ શસ્ત્રક્રિયામાં અવરોધની આગળ લોહી લઈ જવા માટે નવો માર્ગ બનાવવામાં આવે છે.

સી.એ.બી.જી. એ શું છે?

કૉરોનરી આર્ટરી બાયપાસ ગ્રાફ્ટ (સી.એ.બી.જી.) એ એક મોટી શસ્ત્રક્રિયા છે, જેમાં આપણા શરીરના બીજા કોઈ ભાગમાંથી ધમની અને/અથવા નસો લેવામાં આવે છે (જેને "ગ્રાફ્ટ" કહેવામાં આવે છે), જેની મદદથી હૃદયના સ્નાયુને જરૂરી લોહીનો પુરવઠો પહોંચાડી શકાય. હૃદયની સપાટી ઉપર આ રક્તવાહિનીઓને હૃદયની ધમનીના અવરોધ પછીના ભાગ સાથે જોડી દેવામાં આવે છે. આ રીતે લોહી આ નવા માર્ગમાં વહેવા લાગે છે. આ શસ્ત્રક્રિયામાં વપરાતી ધમની અથવા નસ હાથ, પગ અથવા છાતીમાંથી પણ લઈ શકાય છે. આવી નસો શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાથી કોઈ નુકસાન થતું નથી. બાયપાસ સર્જરીમાં સામાન્ય રીતે પગની'સેફીનસ નસ, હાથની રેડિયલ'ધમની અથવા તો છાતીમાંથી ડાબી અથવા જમણી ઇન્ટરનલ મેમરી'ધમની લેવામાં આવે છે. કુદરતની કરામત તો જુઓ: બાયપાસ માટે જે નળીઓ શરીરમાંથી કાપી કાઢીને વાપરવામાં આવે છે એમની મૂળ જગ્યાઓને કોઈ જ નુકસાન થતું નથી.



બાયપાસ ઑપરેશનના જુદાજુદા પ્રકાર : ગ્રાફ્ટ (ધમનીઓ) ખાસ જગ્યાઓ પર જોડવામાં આવે છે.

રેડિયલ' ધમની હૃદયરોગના દર્દીમાં બાયપાસ રક્તવાહિની તરીકે વાપરવામાં આવી શકે તેમ હોવાથી, વિશ્વભરમાં તેને એન્જિયોગ્રાફી માટે ઓછી પસંદ કરવામાં આવે છે.

પંપ ઉપર બાયપાસ

બાયપાસ ઑપરેશન'હાર્ટ-લંગ'મશીન (હૃદય અને ફેફસાંની જેમ કામ કરતું મશીન) વાપરીને કરવામાં આવે છે. એના કારણે શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન હૃદયના ધબકારા બંધ કરવાનું શક્ય બને છે. આને 'પંપ ઉપર બાયપાસ"કહેવામાં આવે છે, કારણ કે જ્યારે હૃદય બંધ હોય છે ત્યારે આ હાર્ટ-લંગ'મશીન હૃદયના બદલે આપણા શરીરમાં લોહી પંપ કરે છે. જ્યારે હૃદયને આ રીતે બંધ કરી દેવાયું હોય, ત્યારે સર્જનો "ગ્રાફ્ટ"ને હૃદયની ધમનીઓ સાથે એકદમ ચોકસાઈપૂર્વક જોડી દે છે.

એક વખત ડોક્ટર ઑફિસમાં હતા ને ફોન આવ્યો.

'તમારે ત્યાં શાંતિભાઈ પટેલ નામના કોઈ દર્દી દાખલ છે?'

'હા જી સાહેબ.'

'એમને કેમ છે હવે?'

'સારું છે.'

'તેમને રજા ક્યારે આપશો?'

'બે દિવસમાં. તમે કોણ બોલો છો?'

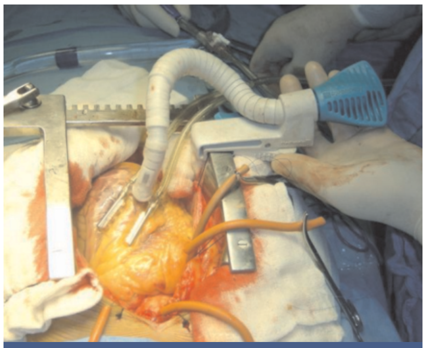
"હું શાંતિભાઈ પટેલ બોલું છું. તમને આ બધું પુછવાનો મને સમય જ મળતો નથી એટલે તમને રૂમમાંથી જ ફોન કરીને પૂછી રહ્યો છું.'

પંપ વગર બાયપાસ

આ સૌથી અદ્યતન પદ્ધતિ છે, જેમાં 'હાર્ટ-લંગ' મશીનનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી. આમાં ધબકતા હૃદયે ઑપરેશન કરવામાં આવે છે. તેથી હાર્ટ-લંગ'મશીનના ગેરફાયદા ટાળી શકાય છે તથા બાયપાસ ઝડપી અને સુરક્ષિત બને છે. પંપ ઉપર બાયપાસની સરખામણીમાં અહીં દર્દી વધારે ઝડપથી સાજો થાય છે અને થોડુંક જ લોહી આપવાની જરૂર પડે છે. મોટા ભાગના કિસ્સાઓમાં પંપ વગર બાયપાસ' કરવાની સલાહ આપી શકાય.

ઑક્ટોપસ

ઑક્ટોપસ એ સર્જનો દ્વારા વાપરવામાં આવતું એક એવું સાધન છે, જે ગ્રાફ્ટ' જોડતી વખતે હૃદયના કોઈ નાના ભાગને સ્થિર રાખે છે. તેમાં ચૂસકનળીઓ (સકર્સ) હોય છે, જે ઑક્ટોપસની જેમ હૃદયની સાથે ચોંટી જાય છે અને હૃદયને નુકસાન નથી થતું. આ પ્રકારની શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન હૃદય ધબકતું હોય છે, તેથી "પંપ વગર બાયપાસ"'શસ્ત્રક્રિયાને "ધબકતા હૃદયની બાયપાસ સર્જરી" (Beating Heart Surgery) પણ કહેવામાં આવે છે.



ઑક્ટોપસ : ધબકતા હૃદયના અમુક ભાગને સ્થિર રાખી ઑપરેશન કરવામાં આવે છે.

હૃદયની શસ્ત્રક્રિયા પછી

હૃદયની સર્જરી પછી સાજા થતાં થોડો સમય લાગે છે. થોડો દુખાવો અને ઉધરસ થઈ શકે, પણ આ શસ્ત્રક્રિયાથી થતા મોટા ફાયદાને ધ્યાનમાં લેતાં આ તકલીફોને નજીવી કહી શકાય. આપણે જોયું કે બાયપાસ શસ્ત્રક્રિયા શા માટે કરવી પડે છે. હવે આપણે જોઈશું કે આ પ્રકારની અતિવિશિષ્ટ શસ્ત્રક્રિયા કર્યા પછી શું થાય છે.

બાયપાસ પછીના વિશિષ્ટ સુધારાઓ

બાયપાસ પછી આઈ.સી.યુમાં રહેલું પડે

બાયપાસ કરાવ્યા પછી દર્દી ઍન્જાયના અને શ્વાસોચ્છ્વાસની તકલીફમાંથી મુક્ત થઈ જાય છે અને રોજબરોજનાં કાર્યો, ચાલવું, દોડવું, સાઇકલ ચલાવવી, તરવું વગેરે જેવી શારીરિક ક્રિયાઓ કરવા માટે વધુ સારી ક્ષમતા મેળવી શકે છે.

સફળ બાયપાસ શસ્ત્રક્રિયા પછી થતા આ વિશિષ્ટ સુધારાઓ એટલા રોમાંચક હોય છે કે આ પ્રકારની શસ્ત્રક્રિયાઓ આધુનિક શસ્ત્ર-ક્રિયાના ઇતિહાસમાં સૌથી મોટી સફળતાઓમાં ગણાય છે.

કરવું કે ન કરવું

હૃદય પરની શસ્ત્રક્રિયાને હજુ પણ ભયાનક, જોખમી અને બિહામણી ગણવામાં આવે છે, પણ ખરેખર તેવું નથી. વાસ્તવમાં તે એક સુરક્ષિત ઉપક્રમ (procedure) છે. બહુ જ ઓછા લોકો જાણતા હશે કે સામાન્ય રીતે બાયપાસ શસ્ત્રક્રિયામાં ૧થી ૨ ટકાનું જ જોખમ છે, જે બીજી કોઈ પણ સામાન્ય શસ્ત્રક્રિયા જેટલું જ અથવા તેથી ઓછું છે.

૨-૩ દિવસમાં દર્દી બેસીને વાતો કરે

આથી, હૃદયની ધમનીના રોગના જોખમ સાથે જીવવા કરતાં બાયપાસ કરાવવી વધારે લાભદાયી છે, કારણ કે શસ્ત્રક્રિયા સફળ રહે તેની શક્યતા ૯૮-૯૯ ટકા છે. વધારે અગત્યનું એ છે કે શસ્ત્રક્રિયા કર્યા પછીના ફાયદાઓ હૃદયરોગના હુમલાના સતત જોખમની સરખામણીમાં ઘણા વધારે છે.

એવું જીવન તો તમારા માથે લટકતી તલવાર સાથે જીવવા બરાબર છે. બાયપાસથી અચાનક હૃદયરોગનો હુમલો થવાની એ સતત માથે લટકતી તલવાર દૂર થાય છે.

બાયપાસ : સગાવ્હાલાઓ માટે ચિંતાનો સમય

ફાયદાઓ : કેટલા જલદી?

બાયપાસના ફાયદાઓ જે ક્ષણે ગ્રાફ્ટ જોડવામાં આવે છે અને હૃદયને વધારે લોહી મળવાનું ચાલુ થાય છે એ જ પળથી ચાલુ થઈ જાય છે. વધારે સારો લોહીનો પ્રવાહ મળવાથી હૃદય વધારે જોશથી કામ કરે છે અને પરિણામે હૃદયરોગના હુમલાનું જોખમ પણ ઘણા અંશે ઓછું થઈ જાય છે. હૃદયના વાલ્વના દર્દીઓને પણ શસ્ત્રક્રિયા પછી ટૂંક સમયમાં ફાયદાઓનો અનુભવ થવા લાગે છે.

હવે આપણે જોઈશું હૃદયના સર્જન તેમના દર્દીઓના હૃદયને નવું જીવન આપે તે પછી તેમના સાજા થવાના તબક્કા :

દિવસ-૧

મોટા ભાગના દર્દીઓ શસ્ત્રક્રિયા પછીના ૨-૩ કલાકમાં ભાનમાં આવી જાય છે. સામાન્ય રીતે દુખાવો ઓછો અને

સહ્ય હોય છે. દર્દી પોતાની મેળે આરામથી શ્વાસ લઈ શકે છે. આમ છતાંય દર્દી સાથે ઘણી નળીઓ અને લાઇન્સ જોડાયેલી હોય છે, તેથી વધુ હલચલ થઈ નથી શકતી અને કરવા દેવામાં પણ નથી આવતી.

દિવસ-૨

આ સમય સુધીમાં મોટા ભાગના દર્દીઓ પોતાની આસપાસના વાતાવરણ બાબતે પૂરી રીતે સભાન થઈ ચૂક્યા હોય છે અને પથારીમાં બેસી શકે છે. સવારે તેમને પ્રવાહી પિવડાવવામાં આવે છે. સાંજ સુધીમાં તેમને કંઈક ખોરાક લેવા પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે. મોટા ભાગના દર્દીઓ સમય પસાર કરવા ટી.વી. જુએ છે, છાપાં વાંચે છે અથવા તો ધીમું સંગીત સાંભળે છે.

દિવસ-૩

આ સમય સુધીમાં દર્દીનું લોહીનું દબાણ, ધબકારાની ગતિ અને શ્વાસોચ્છ્વાસ સામાન્ય થઈ જાય છે. છાતીમાં નાંખેલી અનેક નળીઓમાંથી પ્રવાહી આવતું સાવ ઓછું થઈ ગયું હોય છે અને તે નળીઓને કાઢી નાંખવામાં આવે છે.

તે નળીઓ કાઢ્યા પછી દર્દી પોતાના સાજા થતા હૃદય સાથેની પહેલી સહેલ માણે છે. જો દર્દીની તબિયત સારી હોય, તો કોઈનો ટેકો લઈને તેને બાથરૂમ-સંડાસ સુધી પણ જવા દેવામાં આવે છે.

દિવસ-૪થી રજા મળે ત્યાં સુધી

દર્દીને આઇ.સી.યુ. (ઇન્ટેન્સિવ કેર યુનિટ)માંથી સાદા રૂમમાં મૂકવામાં આવે છે. હવે દર્દી એટલો સ્વસ્થ હોય છે કે તે પોતાની મેળે હલી શકે, થોડું ચાલી શકે, સંડાસ સુધી જઈ શકે અને જમવા માટે બેસી શકે.

ખાંસી અને દુખાવો, એ બે જ વસ્તુ દર્દીને બીજા ૩-૪ દિવસ સુધી પરેશાન કરે છે. દર્દીને રજા આપવામાં આવે ત્યાં સુધીમાં તે સારી રીતે ચાલી શકે છે અને ૩-૪ પગથિયાં પણ ચડી શકે છે. મોટા ભાગના દર્દીઓને બાયપાસ શસ્ત્રક્રિયા કર્યા પછી ૫-૭ દિવસમાં રજા આપી દેવામાં આવે છે.

રજા મળ્યા પછી

ઘરે ગયા પછી ધીમે ધીમે દર્દીઓ તેમને એન્જાયનાથી મળેલા છુટકારાનો અનુભવ કરે છે. તેઓનો કદાચ થોડીઘણી અશક્તિ લાગતી હોય તો પણ બધી રીતે જોતાં એકંદરે તેઓ ચોક્કસ વધારે સ્વસ્થતા અનુભવે છે.

બાયપાસ પછી ધીમે ધીમે કામની શરૂઆત

આવનારા દિવસો, અઠવાડિયાં અને મહિનાઓમાં દુખાવો ધીમે ધીમે ઓછો થાય છે અને ખાંસી બંધ થઈ જાય છે. છાતી, હાથ અને પગ ઉપરના શસ્ત્રક્રિયાના ઘા શસ્ત્રક્રિયા પછીના ત્રણથી ચાર અઠવાડિયાંમાં રૂઝાવા લાગે છે.

શંકાઓ

ઘણા દર્દીઓને વિચાર આવે છે કે શું તેઓ શસ્ત્રક્રિયા પહેલાં હતા તેવા સ્વસ્થ થઈ શકશે અને શું તેઓ પહેલાંની જેમ પોતાનાં ધંધાદારી કાર્યો ફરી કરી શકશે કે કેમ! સ્વાભાવિક રીતે જ આનો જવાબ છે: હા. હકીકતમાં મોટાભાગના દર્દીઓ એ બધાં કાર્યો તેમની શસ્ત્રક્રિયા પહેલાં કરી શકતા તેના કરતાં વધુ સારી રીતે કરી શકે છે. એટલા માટે જ તો તેમના પર બાયપાસ કરવામાં આવ્યું હતું!

દૂધનો દાઝેલો છાશ પણ ફૂંકીને પીવે!

એ કહેવાની જરૂર નથી કે બાયપાસ કરાવ્યા પછી વ્યક્તિએ વધારે ચેતીને રહેવું જોઈએ. હૃદયમાં જલદી રૂઝ આવે અને ભવિષ્યમાં કોઈ હૃદયરોગ ન થાય તેના માટે જીવનશૈલીમાં ફેરફાર કરવા ખૂબ જ જરૂરી છે. બાયપાસના બધા જ દર્દીઓએ એ વાત યાદ રાખવી

સમાજમાં જે કોઈ સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે એમાં બે પ્રકાર હોય.

એક પ્રકારમાં તમારે સમય (ઍપોઇન્ટમેન્ટ) લઈને જવાનું હોય.

બીજી જાતની સેવામાં ઍપોઇન્ટમેન્ટ ન મળે અને લાઇનમાં ઊભા રહેવું પડે.

સમાજમાં ત્રીજી જાતની પણ એક સેવા છે જેમાં ઍપોઇન્ટમેન્ટ લીધી હોય તો પણ તમારે લાઇનમાં ઊભા રહેવું પડે. એ સેવા એટલે ડૉક્ટરના ક્લિનિકની મુલાકાત!

જોઈએ કે જો તેઓ તેમની નવી બાયપાસ કરેલી ધમનીઓને ખુલ્લી રાખવા પ્રયત્ન નહીં કરે, તો થોડાં વર્ષો પછી આ નવી ધમનીઓ પણ રૂંધાઈ જશે.

માણસ કેટલો સાજો થઈ શકે?

આનો આધાર શસ્ત્રક્રિયા વખતે તેના હૃદયની અને રક્તવાહિનીઓની સ્થિતિ કેવી હતી તેના પર રાખે છે. મોટા ભાગના દર્દીઓ દિવસના ૪૫ મિનિટથી એક કલાક સુધી ચાલવા જેવી હળવી કસરત કરી શકે છે, અને હકીકતમાં કરવી પણ જોઈએ. તરવા જેવી હળવી કસરતો પણ માણી શકાય.

બાયપાસ પછી નવી જિંદગી : આશાના નવા કિરણો

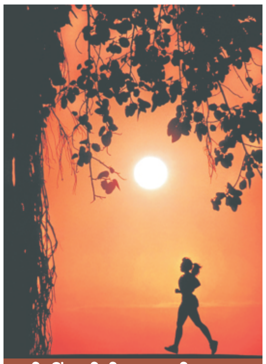
જાતીય સંબંધો બાયપાસ ઑપરેશન કર્યાના ત્રણથી ચાર અઠવાડિયાં પછી યથાવત માણી શકાય.

વ્યવસાય અથવા કામકાજ ક્યારે શરૂ કરી શકાય?

શસ્ત્રક્રિયા કર્યાના એક અઠવાડિયા પછી કામ કરવામાં કોઈ બંધન નથી હોતું. તેમ છતાં વ્યક્તિએ તેના કામ કરવાના કલાકોને નિયમિત બનાવવા જોઈએ.

ખોરાક, આદતો અને વજન

બાયપાસ કરાવેલા દર્દીનો ખોરાક પૌષ્ટિક હોવો જોઈએ. ખોરાક બાબતમાં સલાહ લઈ તેનું પાલન કરવું જરૂરી છે. ચરબી અને કૉલેસ્ટેરોલ વધારે હોય તેવો ખોરાક ના ખાવો જોઈએ. તેમ કરવા માટેનો શ્રેષ્ઠ રસ્તો એ છે કે ખોરાકમાં ઘણાં શાકભાજી, ફળ અને ફળના રસ આપવામાં આવે.


નવી જિંદગીની કસરતથી શરૂઆત

ઘણા લોકોની ખોટી માન્યતા હોય છે કે શસ્ત્રક્રિયા પછી શરાબનું સેવન કરવાથી મદદ મળે છે, સંશોધનમાં પણ એવું સાબિત થયું નથી. બાયપાસ કરાવ્યું હોય તેવા બધા જ દર્દીઓએ તેમનું વજન નિયંત્રણમાં રાખવું જોઈએ.

તબીબી સલાહ

શસ્ત્રક્રિયા પછીના પહેલા અને ત્રીજા મહિનામાં તબીબી તપાસ માટે જવાની સલાહ આપવામાં આવે છે, સ્ટ્રેસ ટેસ્ટ (ટી.એમ.ટી.) અને ઇકો તપાસ કરવામાં આવે છે. તે પછીથી, વર્ષમાં એક વખત 'લિપીડ પ્રોફાઇલ' (કોલેસ્ટેરોલ વગેરે) ટી.એમ.ટી. અને ઇકો કરાવવા જોઈએ.

જીવનભરની દવાઓ

ઍસ્પિરિન જેવી અમુક દવાઓ શસ્ત્રક્રિયા પછી જીવનભર લેવી પડે છે. ઍસ્પિરિનના કારણે દર્દીને કોઈક વાર પેટમાં બળતરા થતી હોય, તો પણ તે સંભાળીને લેવી જ જોઈએ. આ સંજોગોમાં પેટની એસિડિટીની દવા પણ સાથે લેવી પડતી હોય છે. બની શકે તો જમ્યા પછી ઍસ્પિરિન લેવાથી તેનાથી થતી બળતરા ટાળી શકાય છે. "સ્ટૅટિન્સ" એ કૉલેસ્ટેરોલ ઘટાડવા માટેની ખાસ દવાઓ કોઈ ફિઝિશિયન અથવા હૃદયરોગ નિષ્ણાતની દેખરેખ હેઠળ લેવી જોઈએ.

મારા એક પ્રોફેસર ઓછું પણ મજાનું બોલતા. એક વખતે એમને પત્રકારો સવાલ પૂછી રહ્યા હતા.

'ડૉક્ટરસાહેબ, આટલાં બધાં વર્ષોમાં તમારા હાથે કોઈ ભૂલ થઈ છે ખરી?' એક જણે પૂછ્યું.

'અં... હા... બહુ વર્ષો પહેલાં એક અમીર માણસને મેં ફક્ત ચાર વિઝિટમાં જ સાજો કર્યો હતો!'

ડાયાબિટીસ અને હાઇ બ્લડપ્રેશર

આપણા આ જૂના, "ચુપચાપ" મારનારા રોગોને જીવનભર કાબૂમાં રાખવા જોઈએ! એ યાદ રાખો કે ડાયાબિટીસ અને હાઇ બ્લડપ્રેશર (લોહીનું ઊંચું દબાણ) બાયપાસથી મટતા નથી.

ટૂંકમાં, હૃદયની મોટી શસ્ત્રક્રિયા પછી યોગ્ય સંભાળ એ જ સૌથી અગત્યની બાબત છે.

સૌજન્ય : 'હૃદયની વાત દિલથી' - લેખક : ડૉ. કેયૂર પરીખ
ડૉ. ધીરેન શાહ, ડૉ. ધવલ નાયક અને ડૉ. દીપેશ શાહ

CIMS
Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... we care

જોઈન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ કેમ્પ : તા. જુલાઈ ૧ થી ઓગસ્ટ ૧૫, ૨૦૧૨ સુધી

www.cims.me

કોઇ છુપી શરત નહી

ટોટલ ની / હીપ રીપ્લેસમેન્જ પેકેજ (US FDA જોઇન્ટ)

@૧.૧૦ લાખથી શરૂઆત

~~સામાન્ય કિંમત ₹ ૧.૪૦ લાખ~~

આ સર્જરી સીમ્સ હોસ્પિટલના સર્વશ્રેષ્ઠ ઓપરેશન થીયેટર્સમાં કરવામાં આવશે.

આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રશિક્ષિત અને અનુભવી સર્જન દ્વારા જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ

નિ:શુલ્ક કન્સલટેશન

ની અને હીપ બદલવાનો કેમ્પ તા. જુલાઇ ૧ થી ઓગસ્ટ ૧૫, ૨૦૧૨

સીમ્સ હોસ્પિટલ : બપોરે ૧ થી સાંજે ૫ સુધી
શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ.

શ્રી ઓર્થો કેર : સવારે ૧૦ થી બપોરે ૧ સુધી
૩૦૯, આશીર્વાદ પારસ, કોર્પોરેટ રોડ, પ્રહલાદ નગર, અમદાવાદ.

સીમ્સ ક્લિનિક, મણીનગર : બપોરે ૧ થી સાંજે ૪ સુધી
પહેલો માળ, શાંત પ્રભા હાઇટ, વલ્લભ વાડી સામે, ભૈરવનાથ રોડ, મણીનગર, અમદાવાદ.

આ ઓફર ફક્ત કેમ્પના સમય દરમિયાન જ લાગુ રહેશે

સીમ્સ હોસ્પિટલ જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ ટીમ

- ડૉ. અતીત શર્મા | +૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૭૬૬
  ફેલોશીપ ઇન જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ, એટલાન્ટા, બેલ્જિયમ, સીંગાપોર, જર્મની અને યુએસએ
- ડૉ. અમીર સંઘવી | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૦૧૩
  ફેલોશીપ ઇન જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ, ઓસ્ટ્રેલીયા, યુકે અને યુએસએ
- ડૉ. ચિરાગ પટેલ | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૨૪૪૭૩
  ફેલોશીપ ઇન જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ, સીડની, ઓસ્ટ્રેલીયા
- ડૉ. હેમાંગ અંબાણી | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૨૦૧૨૦
  ફેલોશીપ ઇન જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ, એટલાન્ટા, યુએસએ
- ડૉ. કાર્તિક પટેલ | +૯૧-૯૯૦૯૦ ૩૩૬૯૬
  જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ ફેલો : ઓર્થોપેડીક અને ટ્રોમા સર્જન

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે સંપર્ક કરો

સીમ્સ હોસ્પિટલ	+૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦/૧૦૦૮
શ્રી ઓર્થોકેર	+૯૧-૯૫૭૪૪ ૪૫૫૫૯
સીમ્સ ક્લિનિક	+૯૧-૭૯-૨૫૪૪ ૦૩૮૧/૮૨/૮૩

CIMS
Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... we care

Shree Orthocare
Strength in Togetherness

નિ:શુલ્ક સીપીઆર શીખો અને એક જિંદગી બચાવો
(કાર્ડિયોપલ્મોનરી રેસસીટેશન / કાર્ડિયાક મસાજ)

CIMS
Care Institute of Medical Sciences

- શું તમારી આજુ-બાજુ કોઇનું હૃદય એકાએક બંધ પડી ગયુ છે ?
- કોઇ બેહોશ થઇ ગયુ છે ?
- કોઇનો શ્વાસ રૂંધાઇ ગયો છે ?

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

સીમ્સ હોસ્પિટલ દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૨ કલાક માટે નિ:શુલ્ક સીપીઆર ના ક્લાસનું આયોજન કરે છે.

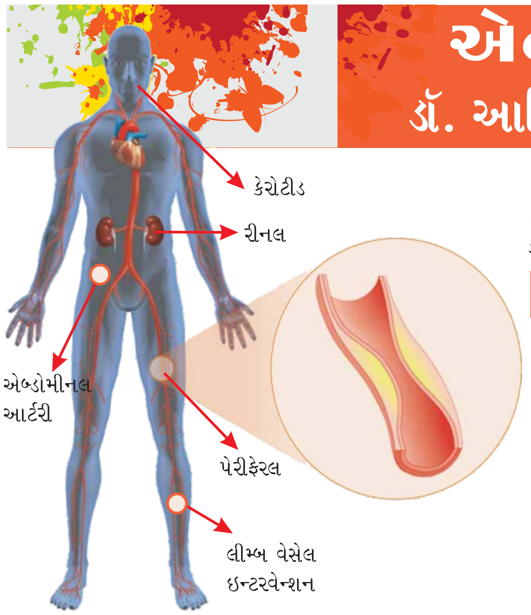
સમય : સવારે ૧૦ થી ૧૨

રજીસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક કરો
(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૬૫૨૭

સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦. ઇમેલ : info@cims.me વેબ: www.cims.me

એન્ડોવાસ્ક્યુલર પેરીફેરલ વર્કશૉપ

ડૉ. આશિત જૈન (યુએસએ) દ્વારા | ૩૧ ઓગસ્ટ - ૧ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૨



સીમ્સ - ધી હાર્ટ કેર ક્લિનિક ટીમ દ્વારા છેલ્લા કેટલાક વર્ષોમાં મોટી સંખ્યામાં કેરોટીડ ઈન્ટરવેન્શન્સ સહિત અનેક એન્ડોવાસ્ક્યુલર કેસ હાથ ધરવામાં આવ્યા છે.

નીચેના લક્ષણો ધરાવતા દર્દીઓ આ વર્કશોપમાં ભાગ લઇ શકશે

- કેરોટીડ આર્ટરી સ્ટેનોસીસ
- રેનલ આર્ટરી સ્ટેનોસીસ
- એક્યુટ લીમ્બ ઈસ્કેમિયા
- ક્રીટીકલ લીમ્બ ઈસ્કેમિયા
- વેરીકોઝ વેઈન્સ
- ડાયાલિસીસ એક્સેસ પ્રક્રિયાઓ
- પલ્મોનરી એમ્બોલીઝમ
- થોરાસીક આઉટલેટ સિન્ડ્રોમ
- યૂટેરીન ફાઈબ્રોઈડ્સ
- વાસ્ક્યુલર માલ્ફોર્મેશન્સ
- વીનસ ઈનસફીયીન્સી અને વીનસ અલ્સર
- ક્લોડિકેશન
- એઓરટોલિઆક ઓક્લુઝીવ ડિસીઝ
- ફીમોરોપોપ્લીટલ ડિસીઝ
- બ્રેકિયોસેફાલિક આર્ટીરીયલ ડિસીઝ
- વીનસ થ્રોમ્બોએમ્બોલિક ડિસીઝ
- થોરાસિક એબ્ડોમિનલ એરોટીક એન્યુરીઝમ
- મેસેન્ટેરીક ડિસીઝ
- કેથેટર આધારીત ઈન્ટરવેન્શન નિષ્ફળ હિમોડાયાલિસીસ એક્સેસ માટે
- ઈન્ફ્રાપોપ્લીટીલ પેરિફેરલ આર્ટીરીયલ ડિસીઝ
- ઈન્ટ્રાક્રેનિયલ આર્ટીરીયલ સ્ટેનોટીક ડિસીઝ
- વર્ટીબ્રલ આર્ટીરીયલ ડિસીઝ

દર્દીઓને નીચેના માટે નિઃશુલ્ક સેવાઓ પૂરી પાડવામાં આવશે:
(૧) કન્સલ્ટેશન (૨) એબીઆઈ
(૩) ડોપ્લર (આર્ટીરીયલ અથવા વેરીકોઝ વેઈન્સ - જો સૂચવવામાં આવે તો)

સીમ્સ વેરીકોઝ વેઈન્સ પ્રોગ્રામ અને ખાસ વર્કશોપ

૩૧ ઓગસ્ટ – ૧ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૨

વેરીકોઝ વેઈન્સ એ સૌથી સામાન્ય અને સૌથી વધુ અવગણવામાં આવતી રોગની ભારે સંભાવના સાથેની તબીબી સમસ્યા છે જે લાખો ભારતીયોની જીવનની ગુણવત્તાને અસર છે. સીમ્સ હોસ્પિટલ ખાતે અમે સીમ્સ વેરીકોઝ વેઈન્સ પ્રોગ્રામ વિકસાવ્યો છે અને અનેક દર્દીઓની સફળતાપૂર્વક સારવાર કરી છે.

દર્દીઓને નીચેની નિઃશૂલ્ક સેવાઓ આપવામાં આવશે:

૧. કન્સલ્ટેશન	₹ ~~૬૦૦~~
૨. વેરીકોઝ વેઈન્સ માટે ડોપ્લર (જો સૂચવવામાં આવે તો)	₹ ~~૨૦૦૦~~

ઉપરના બંને વર્કશોપ માટેના સંબંધિત દર્દીઓ માટે દૈનિક તપાસ કેમ્પ ૧૫ જૂન, ૨૦૧૨થી સીમ્સ હોસ્પિટલ ખાતે રાખવામાં આવેલ છે.
સમય: બપોરે ૨ થી સાંજે ૬

એપોઇન્ટમેન્ટ લઇને આવવુ જરૂરી છે.
ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૦૮/૩૦૧૦ ૧૨૦૦

વેરીકોઝ વેઈન્સ

સીમ્સ અદ્યતન વીએનયુએસ સેગમેન્ટલ એબ્લેશન આરએફ જનરેટર ધરાવે છે.

આરએફ એબ્લેશન સારવાર

સીમ્સ વાસ્ક્યુલર ટીમ દ્વારા વેરીકોઝ વેઈન્સની સારવાર માટે અદ્યતન આઉટ-પેશન્ટ સારવાર રજૂ કરવામાં આવી છે.

આ એક મીનીમલી ઈન્વેસીવ સેગમેન્ટલ રેડિયોફ્રીકવન્સી (આરએફ) એબ્લેશન સારવાર છે જે નસોની દિવાલમાં રહેલ કોલાજનના સંકોચન માટે સરખી અને સપ્રમાણ ઉર્જા આપવા માટે રેડિયોફ્રીકવન્સી ઉર્જાનો ઉપયોગ કરે છે જેથી તે નસો નષ્ટ થઈ સીલ થઈ જાય છે. એકવાર પગની નસ બંધ થઈ જાય પછી રક્તનો પ્રવાહ બીજી તંદુરસ્ત નસો તરફ ફંટાય છે. આરએફ એબ્લેશન પ્રક્રિયાથી ઝડપી, આરામદાયક રીકવરી આવે છે અને રોજીંદી જીવનશૈલીમાં પાછા ફરી શકાય છે અને સાથે સાથે વેરીકોઝ વેઈન્સના દેખાવમાં પણ સુધારો થાય છે.

~~સામાન્ય પેકેજ ₹ ૫૦,૦૦૦/-~~ → **વિશેષ કિંમત : ₹ ૩૫,૦૦૦/-**

વધારે માહિતી માટે સીમ્સ ના કાર્ડિયોલોજીસ્ટને ફોન કરો

ડૉ. અનિશ ચંદ્રારાણા	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨	ડૉ. કેયૂર પરીખ	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪
ડૉ. અજય નાઇક	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬	ડૉ. મિલન ચગ	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ડૉ. સત્ય ગુપ્તા	+૯૧-૯૯૨૫૦ ૪૫૭૮૦	ડૉ. ઉર્મિલ શાહ	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૯૩૯
ડૉ. જોયલ શાહ	+૯૧-૯૮૨૫૩ ૧૯૬૪૫	ડૉ. હેમાંગ બક્ષી	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧
ડૉ. ગુણવંત પટેલ	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬	ડૉ. સૃજલ શાહ	+૯૧-૯૧૩૭૭ ૮૮૦૮૮

Organized by
CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... we care

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

"Maru Hriday" Registered under RNI No. GUJGUJ/2009/28044
Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 22nd to 27th of every month under
Postal Registration No. GAMC-1731/2010-2012 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2012
Licence to Post Without Prepayment No. CPMG/GJ/101/2012 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

'મારૂ હૃદય' નો અંક મેળવવા અંગે : જો તમારે 'મારૂ હૃદય' નો અંક જોઇતો 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, "મારૂ હૃદય" ડિપાર્ટમેન્ટ, સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ પર મોકલી આપશો. ફોન નં. : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૫૯/૧૦૬૦

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

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદારાણાએ ધ હાર્ટ કૅર 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.