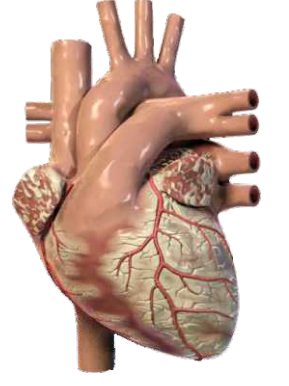


મારું હૃદય



વર્ષ-૩, અંક-૩૦, ૧૫ જૂન, ૨૦૧૨

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

Price ₹ 5/-

કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

| | |
|---------------------|-----------------|
| ડૉ. અનિશ ચંદ્રારાણા | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨ |
| ડૉ. અજય નાઇક | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬ |
| ડૉ. સત્ય ગુપ્તા | +૯૧-૯૮૨૫૦ 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 |

કાર્ડિયોક 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 | +૯૧-૯૨૩૮૦ ૦૧૯૭૬ |

વાસ્ક્યુલર અને એન્ડોવાસ્ક્યુલર સર્જન

| | |
|--------------|-----------------|
| ડૉ. સુજલ શાહ | +૯૧-૯૧૭૩૭ ૮૮૦૮૮ |
|--------------|-----------------|

કાર્ડિયોક એન્થેસ્ટીસ્ટ

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

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

| | |
|---------------|-----------------|
| ડૉ. કશ્યપ શેઠ | +૯૧-૯૮૨૪૬ ૧૨૨૮૮ |
| ડૉ. મિલન ચગ | +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭ |

નીઓનેટોલોજિસ્ટ અને

પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સિવિસ્ટ

| | |
|------------------|-----------------|
| ડૉ. અમિત ચિતલીયા | +૯૧-૯૦૯૯૯ ૮૭૪૦૦ |
|------------------|-----------------|

કાર્ડિયોક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજિસ્ટ

| | |
|--------------|-----------------|
| ડૉ. અજય નાઇક | +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬ |
|--------------|-----------------|

રૂંધાયેલી નળીઓનો ઇલાજ : ઓપરેશન

અગાઉ કહ્યું તે પ્રમાણે, હસ્તક્ષેપી હૃદયરોગ નિષ્ણાતોનો (Interventional Cardiologists) આપણે વિનોદી ભાષામાં “પ્લમ્બર અને ઇલેક્ટ્રિશિયન” કહીએ છીએ. તે જ રીતે હૃદયના સર્જનને હૃદયનો “સુધાર” (Carpenter) કહી શકાય કારણ કે તે બીમાર હૃદયનું સમારકામ કરે છે. ‘બાયપાસ ઓપરેશન’ એ પ્રચલિત શબ્દ છે અને કોરોનરી 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 જીવલેશ નીવડી શકે છે.



બાયપાસ સર્જરી

અવરોધોને ટાળવા માટે ઉપમાર્ગ (બાયપાસ)

સદૂનસીબે, 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

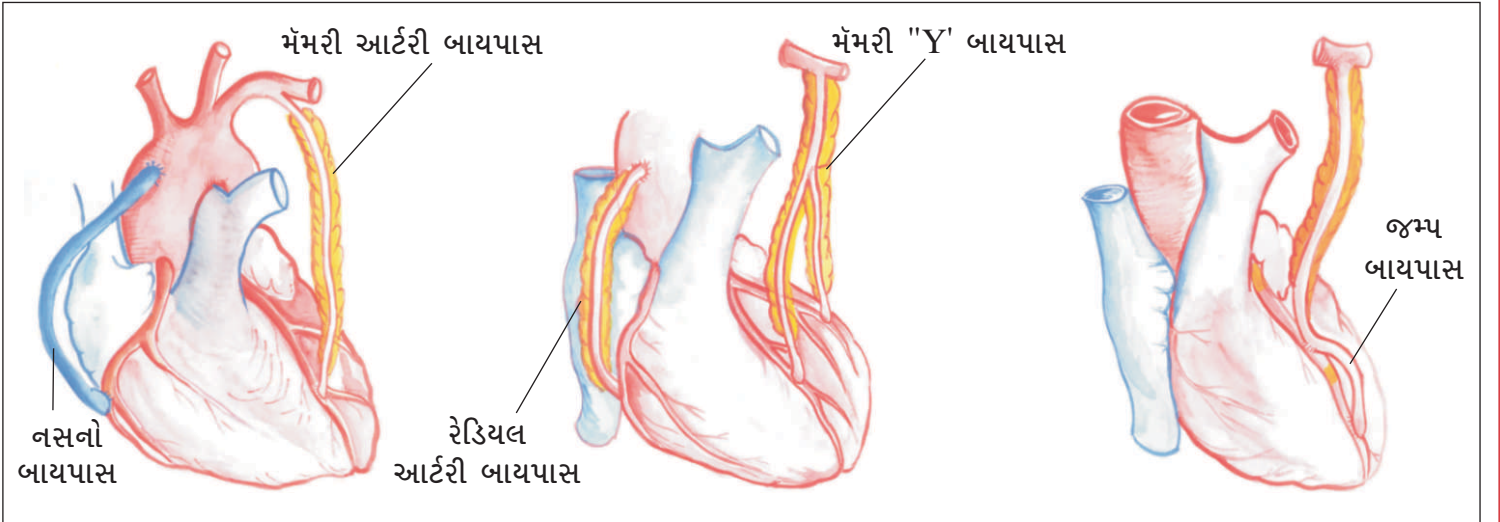
ધમનીમાં ફેલાયેલા હોય, ત્યારે હૃદયરોગ નિષ્ણાત બાયપાસ કરવાની સલાહ આપશે. આ શસ્ત્રક્રિયામાં અવરોધની આગળ લોહી લઈ જવા માટે નવો માર્ગ બનાવવામાં આવે છે.

સી.એ.બી.જી. એ શું છે?

કોરોનરી 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.

રેડિયલ’ ધમની હૃદયરોગના





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

બાયપાસ રક્તવાહિની તરીકે વાપરવામાં આવી શકે તેમ હોવાથી, વિશ્વભરમાં તેને એન્જિયોગ્રાફી માટે ઓછી પસંદ કરવામાં આવે છે.

પંપ ઉપર બાયપાસ

બાયપાસ ઓપરેશન '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 એક દમ ચોકસાઈપૂર્વક જોડી દે છે.

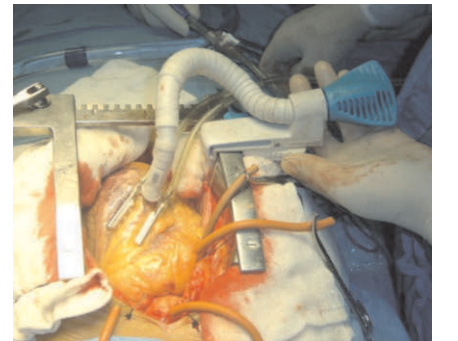
પંપ વગર બાયપાસ

આ સૌથી અદ્યતન પદ્ધતિ છે, જેમાં 'હાર્ટ-લંગ' મશીનનો

ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી. આમાં ધબકતા હૃદયે ઓપરેશન 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 (સર્કસ) 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 ઓપરેશન કરવામાં આવે છે.



એક વખત હું મારી ઑફિસમાં હતો 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.'



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 રહેવું પડે

બાયપાસ કરાવ્યા પછી દર્દી એન્જાયના 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



૨-૩ દિવસમાં દર્દી બેસીને વાતો કરે

જ અથવા તેથી ઓછું છે.

આથી, હૃદયની ધમનીના રોગના જોખમ સાથે જીવવા કરતાં બાયપાસ કરાવવી વધારે લાભદાયી છે, કારણ કે શસ્ત્રક્રિયા સફળ રહે તેની શક્યતા ૯૯-૯૯ 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 : સગાબહાલાઓ માટે ચિંતાનો સમય

ફાયદાઓ : કેટલા જલદી?

બાયપાસના ફાયદાઓ જે ક્ષણે ગ્રાફ્ 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. તોઓનો 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!



સમાજમાં જે કોઈ સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે એમાં બે પ્રકાર હોય.

એક પ્રકારમાં તમારે સમય (એપોઇન્ટમેન્ટ) લઈને જવાનું હોય.

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

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



દૂધનો દાઝેલો છાશ પણ કૂંકીને પીવે!

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



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 સાબો 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



બાયપાસ પછી નવી જિંદગી : આશાના નવા કિરણો

જોઈએ. તરવા જેવી હળવી કસરતો પણ માણી શકાય.

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

વ્યવસાય અથવા કામકાજ ક્યારે શરૂ કરી શકાય?

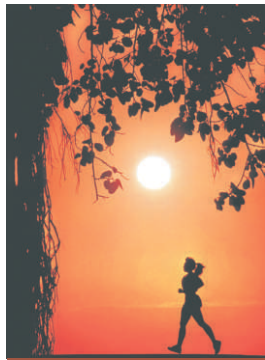
શસ્ત્રક્રિયા કર્યાના એક અઠવાડિયા પછી કામ કરવામાં કોઈ બંધન નથી હોતું. તેમ છતાં વ્યક્તિએ તેના કામ કરવાના કલાકોને નિયમિત બનાવવા જોઈએ.

ખોરાક, આદતો અને વજન

બાયપાસ કરાવેલા દર્દીનો ખોરાક પૌષ્ટિક હોવો જોઈએ.

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

ઘણા લોકોની ખોટી માન્યતા હોય છે કે શસ્ત્રક્રિયા પછી શરાબનું



નવી જિંદગીની કસરતથી શરૂઆત

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

એસ્પિરિન જેવી અમુક દવાઓ શસ્ત્રક્રિયા પછી જીવનભર લેવી પડે છે. એસ્પિરિનના 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 એસ્પિરિન લેવાથી તેનાથી થતી બળતરા ટાળી શકાય છે. “સ્ટેટિન્સ” એ કોલેસ્ટેરોલ 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



સીમ્સ વેરીકોઝ વેઈન્સ પ્રોગ્રામ અને ખાસ વર્કશોપ ૫-૯ જૂલાઈ, 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. નિદાન પદ્ધતિઓમાં તાજેતરના વિકાસ અને આરએફ એબ્લેશન જેવી સારવારકેન્દ્રિત મોડાલિટીઝ સાથે, સીમ્સ હોસ્પિટલ ખાતે અમે સીમ્સ વેરીકોઝ વેઈન્સ પ્રોગ્રામ વિકસાવ્યો છે અને અનેક દર્દીઓની સફળતાપૂર્વક સારવાર કરી છે. અમે ફક્ત અમદાવાદના જ નહીં પરંતુ સમગ્ર ગુજરાતના ડોક્ટરોને વેરીકોઝ વેઈન્સ વિશે માહિતગાર કરવા ઈચ્છીએ છીએ અને લાંબા સમયથી આ સમસ્યાથી પીડાતા દર્દીઓની સફળ સારવાર કરવામાં અમને સહાય કરવાની વિનંતી કરીએ છીએ.

વેરીકોઝ વેઈન્સ શું છે? વેરીકોઝ વેઈન્સ ફૂલી ગયેલી નસો છે જે ત્વચામાંથી સ્પષ્ટ દેખાય છે અને ગાંઠવાળી દોરીઓની જેમ ભૂરા કે જાંબલી રંગની દેખાય છે. વેરીકોઝ વેઈન્સ શરીરમાં ગમે ત્યાં થઈ શકે છે પરંતુ સામાન્ય રીતે તેને પગમાં વધુ જોવામાં આવે છે.



સ્પાઈડર વેઈન્સ શું છે ? સ્પાઈડર વેઈન્સ વેરીકોઝ વેઈન્સનો હળવો પ્રકાર છે, જે વેરીકોઝ વેઈન્સ કરતા નાની હોય છે અને સનબર્સ્ટ અથવા કરોળિયાના જાળા જેવી દેખાય છે. તે લાલ કે ભૂરા રંગની હોય છે અને ત્વચાની સપાટી નીચે ચહેરા અને પગ પર જોવા મળે છે.

વેરીકોઝ વેઈન્સ શા કારણે થાય છે ? મેદસ્વિતા, વંશાનુગત, લાંબા સમય ઉભા રહેવાથી, પૂર્વ ડીવીટી, વગેરે.

વેરીકોઝ વેઈન્સના લક્ષણો કયા છે ? પગમાં દુખાવો, ખંજવાળ, ત્વચામાં પિગમેન્ટેશન, કોસ્મેટિક ડાઘો, એડેમા, વીનસ અલ્સર.

નિદાન : વિગતવાર તબીબી તપાસ અને ત્યારબાદ વીનસ ડોપ્લર સ્કેન

સારવાર વિકલ્પો: નોન-સર્જિકલ : કમ્પ્રેશન સ્ટોકિંગ્સ અને માઈક્રોફલેવોનોઈડ્સ

સર્જિકલ : સર્જિકલ સ્ટ્રીપીંગ, ફોમ સ્કલેરોથેરાપી,

રેડિયો ફ્રીક્વન્સી એબ્લેશન, મલ્ટીપલ હૂક ફ્લેબેક્ટોમીઝ

દર્દીઓને નીચેની નિઃશુલ્ક સેવાઓ

આપવામાં આવશે:

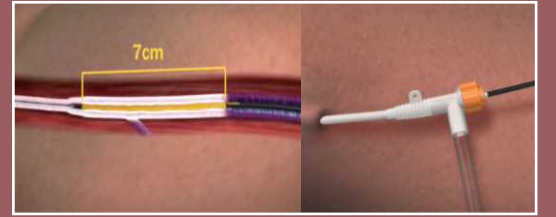
૧. કન્સલ્ટેશન ₹ ~~૬૦૦~~
૨. વેરીકોઝ વેઈન્સ માટે ડોપ્લર ₹ ~~૨૦૦૦~~
(જો સૂચવવામાં આવે તો)

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

વધારે માહિતી માટે સીમ્સ ના કાર્ડિયોલોજિસ્ટ અથવા વાસ્ક્યુલર સર્જનને ફોન કરો

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

આરએફ દ્વારા વીનસ ક્લોઝર એબ્લેશનનો ઉપયોગ



એબ્લેશનમાં કેથેટર નામક પાતળી, લવચીક નળી વેરીકોઝ વેઈનમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. કેથેટરની ટોચ રેડિયોફ્રીક્વન્સી ઉર્જા (ક્લોઝર પ્રોસીજર તરીકે પણ ઓળખાય છે)નો ઉપયોગ કરીને વેરીકોઝ વેઈન્સની દિવાલોને ગરમ કરે છે. અને નસના કોષોનો નાશ કરે છે. એક વાર નાશ થઈ ગયા પછી તે નસ લક્ત લઈ જઈ શકતી નથી, અને તમારા શરીર દ્વારા તેનું શોષણ થઈ જાય છે.

સ્કલેરોથેરાપી

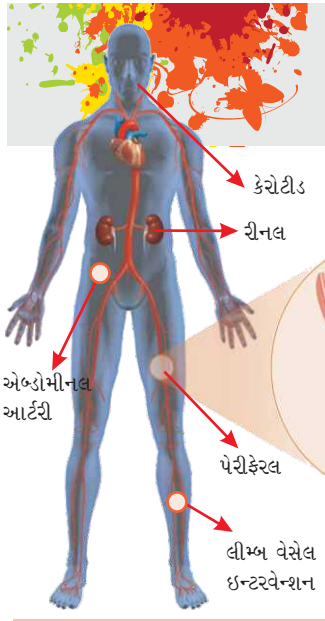
સ્પાઈડર અને વેરીકોઝ વેઈન્સ માટે સ્કલેરોથેરાપી સૌથી પ્રચલિત સારવાર છે. આ પ્રક્રિયામાં સેલાઈન અથવા રસાયણિક સોલ્યુશનનો ઉપયોગ થાય છે જેને વેરીકોઝ વેઈન્સમાં ઈન્જેક્શન મારફતે મોકલવામાં આવે છે જેનાથી તે સખત થઈ જાય છે અને તેમાં રક્ત ભરાતું નથી. આ નસો દ્વારા સામાન્ય રીતે હૃદયને પહોંચતું રક્ત અન્ય નસો દ્વારા હૃદય સુધી પહોંચે છે. ઈન્જેક્શન મેળવનાર નસો સમય જતા સંકોચાઈને અદ્રશ્ય થઈ જાય છે. સ્કાર ટીશ્યૂને શરીર દ્વારા શોષી લેવામાં આવે છે.

એમ્બ્યુલેટરી ફ્લેબેક્ટોમી

આ પ્રક્રિયામાં નાના કાપાઓ દ્વારા હૂક પસાર કરવામાં આવે છે અને તે વેઈન સ્ટ્રીપીંગ વગર કે સાથે કરી શકાય છે.

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





એલ્ડોવાસ્ક્યુલર પેરીફેરલ વર્કશોપ

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

સીમ્સ - ધી હાર્ટ કેર ક્લિનિક ટીમ દ્વારા છેલ્લા કેટલાક વર્ષોમાં મોટી સંખ્યામાં કેરોટીડ ઇન્ટરવેન્શન્સ સહિત અનેક એલ્ડોવાસ્ક્યુલર કેસ ઊંચ ધરવામાં આવ્યા છે.

નીચેના લક્ષણો ધરાવતા દર્દીઓ આ વર્કશોપમાં ભાગ લઈ શકશે

- કેરોટીડ આર્ટરી સ્ટેનોસીસ
- રેનલ આર્ટરી સ્ટેનોસીસ
- એક્યુટ લીમ્બ ઇસ્કેમિયા
- ક્રીટીકલ લીમ્બ ઇસ્કેમિયા
- વેરીકોઝ વેઈન્સ
- ડાયાલિસીસ એક્સેસ પ્રક્રિયાઓ
- પલ્મોનરી એમ્બોલીઝમ
- થોરાસીક આઉટલેટ સિન્ડ્રોમ
- યૂટેરીન ફાઈબ્રોઈડ્સ
- વાસ્ક્યુલર માલ્ફોર્મેશન્સ
- વીનસ ઇનસફીયીન્સી અને વીનસ અલ્સર
- ક્લોડિકેશન
- એઓરટોલિઆક ઓક્લુઝીવ ડિસીઝ
- ફીમોરોપોપ્લીટલ ડિસીઝ
- બ્રેકિયોસેફાલિક આર્ટરીયલ ડિસીઝ
- વીનસ થ્રોમ્બોએમ્બોલિક ડિસીઝ
- થોરાસિક એબ્ડોમીનલ એરોટીક એન્યુરીઝમ
- મેસેન્ટેરીક ડિસીઝ
- કેથેટર આધારીત ઇન્ટરવેન્શન નિષ્ફળ હિમોડાયાલિસીસ એક્સેસ માટે
- ઇન્ફ્રાપોપ્લીટીલ પેરિફેરલ આર્ટરીયલ ડિસીઝ
- ઇન્ટ્રાકેનિયલ આર્ટરીયલ સ્ટેનોટીક ડિસીઝ
- વર્ટીબ્રલ આર્ટરીયલ ડિસીઝ

દર્દીઓને નીચેના માટે નિ:શુલ્ક સેવાઓ પૂરી પાડવામાં આવશે:

૧. કન્સલ્ટેશન
૨. એબીઆઈ
૩. ડોપ્લર (આર્ટરીયલ અથવા વેરીકોઝ વેઈન્સ - જો સૂચવવામાં આવે તો)

સંબંધિત દર્દીઓ માટે દૈનિક તપાસ કેમ્પ ૧૫ જૂન, ૨૦૧૨થી

સીમ્સ હોસ્પિટલ ખાતે રાખવામાં આવેલ છે. સમય: બપોરે ૨ થી સાંજે ૬

Organized by



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

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮ (મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૫ ઇમેઇલ : opd.rec@cims.me

ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦ ઇમેઇલ : info@cims.me વેબ: www.cims.me

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 ઇન્વેસીવ સેગમેન્ટલ રેડિયોફ્રીક્વન્સી (આરએફ) એબ્લેશન સારવાર છે જે નસોની દિવાલમાં સ્કેલ કોલાજનના સંક્રોચન માટે સરખી અને સપ્રમાણ ઉર્જા આપવા માટે રેડિયોફ્રીક્વન્સી ઉર્જાનો ઉપયોગ કરે છે જેથી તે નસો નષ્ટ થઈ સીલ થઈ જાય છે. એકવાર પગની નસ બંધ થઈ જાય પછી રક્તનો પ્રવાહ બીજા તંદુરસ્ત નસો તરફ ફેરવાય છે. આરએફ એબ્લેશન પ્રક્રિયાથી ઝડપી, આરામદાયક રીકવરી આવે છે અને રોજાંદી જીવનશૈલીમાં પાછા ફરી શકાય છે અને સાથે સાથે વેરીકોઝ વેઈન્સના દેખાવમાં પણ સુધારો થાય છે.

સામાન્ય પેકેજ ₹ ૫૦,૦૦૦/-

વિશેષ કિંમત : ₹ ૩૫,૦૦૦/-
(જુલાઈ અને ઓગસ્ટ બંને વર્કશોપ માટે)

ચકાસો તમારા જ્ઞાનને

(૧) બાયપાસ સર્જરીમાં કેટલા ટકા જોખમ રહેલું છે ?

- એ. ૫૦ ટકા બી. ૪૦ ટકા
સી. ૩૦ ટકા ડી. ૧ થી ૨ ટકા

(૨) બાયપાસ ઓપરેશન દરમિયાન કયા મશીન દ્વારા

હૃદયના ધબકારા બંધ કરી કુબ્રિમ રીતે આખા શરીરને લોહી અપાય છે?

- એ. હાર્ટ પંપ મશીન બી. હાર્ટ લંગ મશીન
સી. ઓક્ટોપસ ડી. હાર્ટ બીટ મશીન

(૩) કયા મશીન દ્વારા ચાલુ હૃદયમાં બાયપાસમાં ગ્રાફ્ટ

જોડતી વખતે હૃદયના કોઈ ભાગને સ્થિર રાખી શકાય છે?

- એ. ઇસીજી બી. ઇકો
સી. ઓક્ટોપસ ડી. ટીએમટી

(૪) “સીએબીજી”નું પુરૂ નામ શું છે ?

- એ. ક્રિટીકલ એબ્લેશન બલુન ગ્રાફ્ટ
બી. ક્રિટીકલ આર્ટરી બોડી ગ્રાફ્ટ
સી. કોરોનરી આર્ટરી બાયપાસ ગ્રાફ્ટ
ડી. કેલ્સિયમ આર્ટરી બાયપાસ ગ્રાફ્ટ

સાચા જવાબ માટે આ પેજ ઉલટુ કરો : ્સ્ટ (૨) ્સ્ટ (૬) ્સ્ટ (૮) ્સ્ટ (૭)



"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 30th June, 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

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



- શું તમારી આજુ-બાજુ કોઈનું હૃદય એકાએક બંધ પડી ગયું છે ?
- કોઈ બેહોશ થઈ ગયું છે ?
- કોઈનો શ્વાસ રૂંધાઈ ગયો છે ?

સીપીઆર એટલે હૃદયની ગતિ બંધ પડી હોય તેવા વ્યક્તિને આપવામાં આવતી તાત્કાલિક સારવાર પ્રક્રિયા કે જે કોઈપણ 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

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.