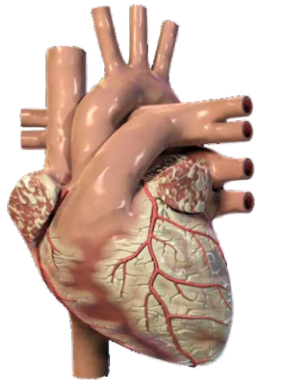
મારું હૃદય



વર્ષ-૩, અંક-૩૩, ૧૫ સપ્ટેમ્બર, 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 સિંહ +૯૧-૮૨૩૮૦ ૦૧૯૭૬

વાસ્ક્યુલર અને એન્ડોવાસ્ક્યુલર સર્જન

ડૉ. સૃજલ 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 : ઑપરેશન

અગાઉ કહ્યું તે પ્રમાણે, હસ્તક્ષેપી હૃદયરોગ નિષ્ણાતોનો (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.

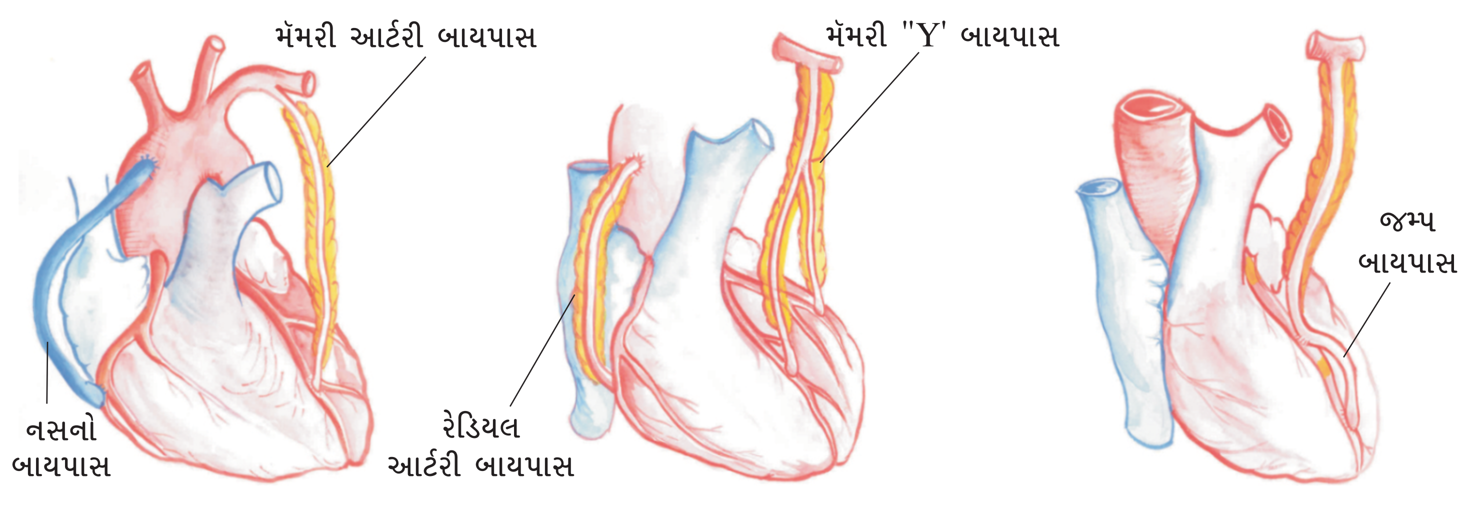
બાયપાસ સર્જરી

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?'

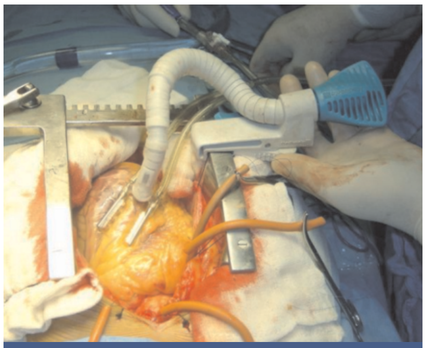
"હું શાંતિભાઈ પટેલ બોલું છું. તમને આ બધું પુછવાનો મને સમય જ મળતો નથી એટલે તમને રૂમમાંથી જ ફોન કરીને પૂછી રહ્યો છું.'

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.યુ.માં 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.

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.

૨-૩ દિવસમાં દર્દી બેસીને વાતો કરે

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

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.

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!

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

બાયપાસ પછી ધીમે ધીમે કામની શરૂઆત

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

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 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?

બાયપાસ પછી નવી જિંદગી : આશાના નવા કિરણો

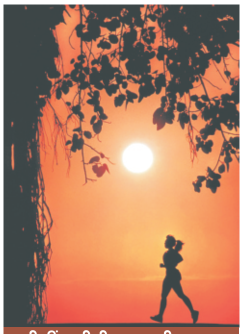
આનો આધાર શસ્ત્રક્રિયા વખતે તેના હૃદયની અને રક્તવાહિનીઓની સ્થિતિ કેવી હતી તેના પર રાખે છે. મોટા ભાગના દર્દીઓ દિવસના ૪૫ મિનિટથી એક કલાક સુધી ચાલવા જેવી હળવી કસરત કરી શકે છે, અને હકીકતમાં કરવી પણ જોઈએ. તરવા જેવી હળવી કસરતો પણ માણી શકાય.

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


નવી જિંદગીની કસરતથી શરૂઆત

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.

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

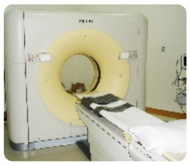
આપણા આ જૂના, "ચુપચાપ" મારનારા રોગોને જીવનભર કાબૂમાં રાખવા જોઈએ! એ યાદ રાખો કે ડાયાબિટીસ અને હાઇ બ્લડપ્રેશર (લોહીનું ઊંચું દબાણ) બાયપાસથી મટતા નથી.

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

હૃદયની સમસ્યાનો તાગ મેળવવા માટે એક સરળ કસોટી
સીટી કોરોનરી કેલ્શિયમ સ્કોરિંગ

સીટી કોરોનરી કેલ્શિયમ સ્કેન એ હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્શિફાઇડ પ્લેકની હાજરી, સ્થળ અને પ્રમાણ જાણવા માટેની બહારથી જોવાની (નોન-ઇન્વેઝીવ) પદ્ધતિ છે. હૃદયની ધમનીઓ હૃદયના સ્નાયુઓને ઓક્સિજન સાથેના લોહીનો પુરવઠો પહોંચાડે છે.



સીટી કોરોનરી કેલ્શિયમ સ્કોરિંગથી તમને ત્રણ મહત્ત્વની માહિતી મળશે:
૧. તમારી હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્શિયમની હાજરી કે ગેરહાજરી.
૨. તમારી હૃદયની ધમનીઓમાં કેલ્શિયમનું પ્રમાણ.
૩. ભવિષ્યમાં હાર્ટએટેક આવવાની શકયતા.

સ્કેન સમય:૩૦ સેકન્ડથી પણ ઓછો

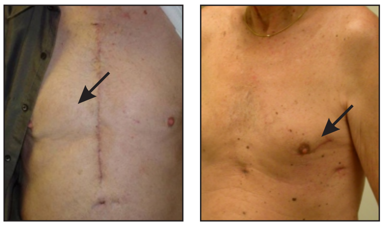
CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

સીમ્સની મુલાકાત લો અને સીટી કેલ્શિયમ સ્કોરીંગ કરાવો
ફક્ત ₹ ૨૮૦૦/-

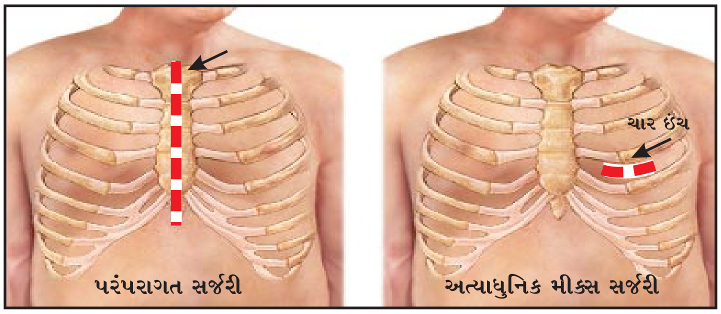
સીમ્સ હોસ્પિટલ
શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮
(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૬૫૪૦

મીનીમલી ઇન્વેઝીવ કાર્ડિયાક સર્જરી (મીક્સ)

જેમ વિશ્વ વિશાળમાંથી નાનું બની રહ્યું છે તે જ રીતે કાર્ડિયાક સર્જરી પણ મેક્સીમલી ઈન્વેસીવમાંથી મિનીમલી ઈન્વેસીવ બની રહી છે.


લાંબો કાપો   ૪ ઇંચનો કાપો

એમઆઈસીએસની વ્યાખ્યા : મીનીમલી ઈન્વેસીવ કાર્ડિયાક સર્જરી એટલે છાતીના હાડકાને કાપ્યા વિના અથવા નાના ચીરા દ્વારા છાતીના હાડકાને અંશત: કાપીને કરાતી કાર્ડિયાક સર્જરી.



સર્જરીની અસરો ઓછી કરવાના કેટલાંક ઉપાય છે.

૧. એક માર્ગ છે છાતીના હાડકાને કાપવાનું ટાળવુ. આમ કરવાથી દર્દી કામ પર કે સામાન્ય પ્રવૃતિઓ પર જલ્દી ચઢી શકે છે, પીડા ઓછી થાય છે અને છાતીના હાડકાને ચેપની શક્યતા ઓછી થાય છે. મોટા ભાગના વેલ્વ્યુલર ઓપરેશનમાં અને અમુક કોરોનરી બાયપાસ ઓપરેશનમાં સ્ટર્નોટોમી ટાળી શકાય છે.
આમાં છાતીના હાડકાને કાપવાનું નહીં હોવાથી હાડકાની જગ્યાએ કોમળ ટીશ્યુઓને જ રૂઝાવવાના રહે છે, પરિણામે પીડા ઓછી થાય છે અને ઓપરેશન પછીની રીકવરી ઝડપી થાય છે.

૨. કાર્ડિયાક સર્જરીની અસર ઓછી કરવાનો અન્ય માર્ગ છે હાર્ટ લંગ મશીન એટલે કે કાર્ડિયોપલ્મોનરી બાયપાસ મશીનનો ઉપયોગ ટાળવાનો. હાર્ટ લંગ મશીનના ઉપયોગ સાથે અમુક સમસ્યાઓ જેવી કે, સ્ટ્રોક, યાદશક્તિ ઓછી થવી, કિડની ફેઈલ્યોર, લંગ ફેઈલ્યોર અને રક્તસ્ત્રાવ સંકળાયેલી છે. જો કે હાર્ટ લંગ મશીન વાલ્વ રિપ્લેસમેન્ટ, એએસડી(ASD) ક્લોઝર અથવા જન્મજાત હાર્ટ રોગો જેવા ઘણા હાર્ટ ઓપરેશનમાં આવશ્યક છે, તેમ છતાં સૌથી સામાન્ય કાર્ડીયાક ઓપરેશન-કોરોનરી આર્ટરી બાયપાસ ઓપરેશન જેવાં અન્ય ઓપરેશનમાં તેને ટાળી શકાય છે.

એમઆઈસીએસ એપ્રોચના ફાયદા

- ઓછી વાઢ-કાપવાળી પ્રક્રિયા, તેથી ઓછી પીડા
- આઈસીયુ અને હોસ્પિટલમાં ટૂંકુ રોકાણ
- ઉંચુ જોખમ ધરાવતા દર્દીઓ કે જેમના ફેફસાં ખરાબ હોય અથવા સ્ટ્રોક આવ્યો હોય તેમના માટે ઈચ્છનીય
- જલદી હલનચલન, સ્ટ્રોક પછીના દર્દીઓ માટે ખાસ કરીને મહત્વનું
- વહેલી રિકવરીને લીધે રોજિંદી પ્રવૃતિઓ માં વહેલા લાગી શકાય છે. માટે ઈલેક્ટ્રીશીયન, સુથાર, ડ્રાઈવર વગેરે જેવાં રોજમદારો એક મહિનાની અંદર જ તેમનું કામ શરુ કરી આજીવિકા કમાઈ શકે છે.
- સારું કાર્ડિયાક રિહેબીલીટેશન
- સુંદરતાને ક્ષતિગ્રસ્ત કર્યા વિનાની સારવાર-મહિલાઓમાં બ્રેસ્ટ ક્રીઝ પર અને થાઈ ફોલ્ડ પર જખમનો ડાઘ પડે છે. માટે, ડાઘ દેખાતો જ નથી. યુવાન મહિલાઓ પૂરા વિશ્વાસ સાથે આ સર્જરી કરાવી શકે છે અને કોઈ પણ પ્રકારની લઘુતાગ્રંથી વિના ફેશનેબલ વસ્ત્રો પહેરી શકે છે.

એમઆઈસીએસ માટે દર્દીઓની પસંદગીનો માપદંડ

- તમામ નિર્દેશિત દર્દીઓ, અગાઉ ચર્ચા કરી તે તમામ
- યુવાન વય ઈચ્છનીય
- સામાન્ય પેરિફરલ વાસ્ક્યુલર સિસ્ટમ
- સંબંધિત કો-પેથોલોજીની ગેરહાજરી અને અહીં ઓપરેશન અગાઉનું યોગ્ય મૂલ્યાંકન ખૂબ જરુરી છે કે જેથી ઓપરેટીંગ ટેબલ પર કોઈ અણધારી ઘટના ન બને.
- દર્દીની ઈચ્છા
- મીક્સ પ્રક્રિયા દરેક માટે શક્ય નથી ફક્ત પસંદગીના દર્દી પર જ થઇ શકે છે

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં અમારો અનુભવ

- અમદાવાદ અને પશ્ચિમ ભારતમાં સંપૂર્ણ સુસજ્જ એમઆઈસીએસ પ્રોગ્રામ શરુ કરનાર પ્રથમ અધિકૃત સેન્ટર
- પશ્ચિમ ભારતમાં સીધું જ IJV/SVC કેન્યુલેશનકરનાર એક માત્ર સેન્ટર
- ૨ વર્ષથી ઓછા સમયમાં MVR, ASD અને CABGના ૧૦૦ જેટલા સફળ કેસ
- ભારતમાં સૌ પ્રથમ હાઈબ્રીડ બાયપાસ
- એમઆઈસીએસથી ઓપરેટ કરાયેલા દર્દીઓમાં અન્ય સેન્ટરની સરખામણીએ ઉચ્ચ ગુણવત્તા વાળુ (સ્ટાન્ડર્ડ) પરિણામ

સીમ્સ કાર્ડિયાક સર્જરી કેર

હૃદયની શસ્ત્રક્રિયામાં ભારતમાં શ્રેષ્ઠ ગણાતી ટીમોમાંની એક

- ૧૦૦૦૦ થી પણ વધારે ઓપન હાર્ટ સર્જરીનો અનુભવ – નિયમિત કાર્ડિયાક સર્જરીમાં મીનીમલી ઇન્વેઝીવ કાર્ડિયાક સર્જરી (મીક્સ)નો ઉપયોગ, હાઇ રીસ્ક ઓપન હાર્ટ સર્જરી, હાર્ટ ફેલ્યોર સર્જરી, માઇટ્રલ વાલ્વ રીપેર.
- બાળકોના હૃદયની સર્જરી સાથે અત્યાધુનિક ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ જેમ કે સતત ઇકો ઇવેલ્યુએશન હાર્ટ સર્જરી દરમિયાન
- અત્યાધુનિક ઓપરેશન થીયેટર્સ અને આઇસીયુ

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

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

એમ્બ્યુલન્સ સેવા હવેથી

સીમ્સ ક્લિનિક, મણિનગર પર ઉપલબ્ધ

ગંભીર દર્દીઓ માટે મણીનગર થી સીમ્સ હોસ્પિટલ લાવવા
આઇસીયુ ઓન વ્હીલની અને વાનની સુવિધા

એમ્બ્યુલન્સ માટે ફોન (સવારે ૯ થી રાત્રે ૮ કલાક સુધી)
+૯૧-૯૦૯૯૧ ૮૨૨૨૨, ૯૦૯૯૦ ૨૪૭૯૮
(રાત્રે ૮ થી સવારે ૯ કલાક સુધી)
+૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦, ૯૭૨૩૪ ૫૦૦૦૦, ૯૦૯૯૦ ૧૧૨૩૪

અન્ય સેવાઓ

- પેથોલોજી, ઇસીજી, ઇકોકાર્ડિયોગ્રાફી, ટીએમટી તથા અન્ય ઘણી બધી સગવડો
- કાર્ડિયોલોજી, કાર્ડિયોથોરાસીક અને વાસ્ક્યુલર સર્જરી, જોઇન્ટ રીપ્લેસમેન્ટ, ઓર્થોપેડિક્સ અને ટ્રોમા સર્જરી, વાસ્ક્યુલર અને એન્ડોવાસ્ક્યુલર સર્જરી, પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજી, પીડિયાટ્રીક નીઓનેટોલોજીસ્ટ, પીડિયાટ્રીક આઇસીયુ, પીડિયાટ્રીક સર્જરી, ફેફસાના સ્પેશ્યાલીસ્ટ, ક્રીટીકલ કેર, સ્પાઇન સર્જરી, ઓન્કોલોજી (કેન્સર), ઓન્કો સર્જરી (કેન્સર), નેફ્રોલોજી, જીઆઇ અને લેપ્રોસ્કોપીક સર્જરી, એન્ડોસ્કોપી, હિપેટોબીલીયરી સર્જરી, ન્યુરોલોજી, ઇન્ફેક્સિયસ ડિસીઝ અને ઇએનટી, ન્યુરો સર્જરી, પ્લાસ્ટીક અને કોસ્મેટીક સર્જરી, યુરોલોજી અને બેરીયાટ્રીક સર્જરીની ઓપીડી સેવા ઉપલબ્ધ

Green Hospital

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

સીમ્સ ક્લિનિક
પહેલો માળ, શાંત પ્રભા હાઇટ, વલ્લભ વાડી સામે, ભૈરવનાથ રોડ, મણીનગર, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૮.
એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૨૫૪૪ ૦૩૮૧-૮૩ (૩ નંબર)

"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

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

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 કર્યુ.