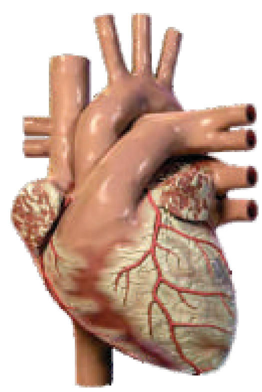
મારું હૃદય

વર્ષ-૮, અંક-૯૫, ૧૫ નવેમ્બર, ૨૦૧૭

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

Price ₹ 5/-



છૂપો કાતિલ નં. ૧ – હાઈ બી.પી.

મારે જો રોગની પસંદગી કરવાની હોય તો હું પીડાદાયક રોગ થાય તેવું ઇચ્છું, કારણ કે દર્દના કારણે હું તાત્કાલિકપણે સારવાર લેવા દોડી જઈશ. પણ મને જો કોઈ જ પ્રકારનાં પ્રાથમિક ચિહ્નો વિનાનો રોગ થાય, તો મારી જાણકારીની બહાર મારા શરીરને હાનિ પહોંચતી રહે. હાઇ બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ મેલાઇટસ આ પ્રકારના રોગ છે. શરૂઆતમાં દર્દીને થોડાં લક્ષણો વરતાય કાં તો કોઈ જ લક્ષણો ન જણાય. પણ છતાંય હાઈ બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ શરીરને ધીમે ધીમે ઈજા પહોંચાડે છે. આથી જ તેમને 'સાયલન્ટ કિલર્સ' એટલે કે 'છૂપા કાતિલ' કહેવામાં આવે છે.

જો આનું નિદાન વહેલું થાય અને દર્દી તે બીમારીઓનો તાત્કાલિક ઇલાજ કરાવે તો આ બીમારીઓથી પીડિત દર્દીઓ અને સામાન્ય તંદુરસ્ત વ્યક્તિ આ બે વર્ગોની જિંદગીમાં કોઈ ખાસ ફેર રહેતો નથી. પરંતુ આ બે 'છૂપા કાતિલોનો' સમયસર અને બરોબર ઇલાજ ના થાય તો બીજી ઘણી બધી બીમારીઓ સર્જાય છે.

તમને કોઈ જ જાતનાં લક્ષણ કે દર્દ, તાવ જેવી તકલીફ ન હોય. તો પણ તમને બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ હોઈ શકે છે - તે વાત માનવી થોડી આકરી લાગે. અને તદુપરાંત તમારા ડૉક્ટર તમને કહે કે તમારે વજન ઘટાડવાનું, ખારી અને ગળી વસ્તુઓ ઓછી ખાવાની અને દવા લેવાની ત્યારે તમને શરૂઆતમાં સ્વાભાવિક છે કે નવાઈ પણ લાગે. કદાચ તમે ડૉક્ટરની સલાહ ના પણ સ્વીકારો.

પણ સારવાર શરૂ કરવાનો આ જ સર્વોત્તમ સમય છે. આ સમયે તમે ઇલાજ શરૂ કરો તો તમારી જીવનરેખા લાંબી થાય છે અને લાંબી માંદગીમાંથી તમે બચો છો.

કોઈપણ સંજોગોમાં ૧૨૦/૮૦થી બ્લડપ્રેશર ઓછું રહેવું હિતાવહ છે કારણકે તેથી વધુ બ્લડપ્રેશર ધરાવતા લોકોને ભવિષ્યમાં હાઇ બી.પી. થવાની શક્યતા બમણી હોય છે.

સારાંશમાં એમ કહેવાય કે હાઇ બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ મેલાઇટસની બીમારીઓનું વહેલામાં વહેલું નિદાન થવું જોઈએ અને બેઉનો વહેલામાં વહેલી તકે ઇલાજ શરૂ થવો જોઈએ.

હાઈ બી.પી. (લોહીનું ઊંચું દબાણ)

લોહીનું દબાણ એટલે જે જોરથી લોહી રક્તવાહિનીઓની દીવાલ તરફ ધકેલાય છે, તે. તેનાં બે મૂલ્યો હોય છે –સિસ્ટોલિક અથવા ઉપરનું દબાણ ૧૨૦ મિ.મિ. મર્ક્યુરી હોવું જોઈએ અને ડાયાસ્ટોલિક અથવા નીચેનું દબાણ ૮૦ મિ.મિ. મર્ક્યુરી હોવું જોઈએ. આ

કાર્ડિયોલોજીસ્ટ
ડૉ. સત્ય ગુપ્તા +૯૧-૯૯૨૫૦ ૪૫૭૮૦
ડૉ. વિનીત સાંખલા +૯૧-૯૯૨૫૦ ૧૫૦૫૬
ડૉ. વિપુલ કપૂર +૯૧-૯૮૨૪૦ ૯૯૮૪૮
ડૉ. તેજસ વી. પટેલ +૯૧-૮૯૪૦૩ ૦૫૧૩૦
ડૉ. ગુણવંત પટેલ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬
ડૉ. કેયૂર પરીખ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૨૬૯૯૯
ડૉ. મિલન ચગ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ડૉ. ઉર્મિલ શાહ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૯૩૯
ડૉ. હેમાંગ બક્ષી +૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧
ડૉ. અનિશ ચંદારાણા +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨
ડૉ. અજય નાઇક +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬

કાર્ડિયાક સર્જન
ડૉ. ધીરેન શાહ +૯૧-૯૮૨૫૫ ૭૫૯૩૩
ડૉ. ધવલ નાયક +૯૧-૯૦૯૯૧ ૧૧૧૩૩

પીડિયાટ્રીક અને સ્ટ્રક્ચરલ હાર્ટ સર્જન
ડૉ. શૌનક શાહ +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૪૫૦૨

કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર, થોરાસીક અને થોરાકોસ્કોપીક સર્જન
ડૉ. પ્રણવ મોદી +૯૧-૯૯૨૪૦ ૮૪૭૦૦

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

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજીસ્ટ
ડૉ. કશ્યપ શેઠ +૯૧-૯૯૨૪૬ ૧૨૨૮૮
ડૉ. દિવ્યેશ સાદડીવાળા +૯૧-૮૨૩૮૩ ૩૯૯૮૦
ડૉ. મિલન ચગ +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭

નીઓનેટોલોજીસ્ટ અને પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સીવીસ્ટ
ડૉ. અમિત ચિતલીયા +૯૧-૯૦૯૯૯ ૮૭૪૦૦
ડૉ. સ્નેહલ પટેલ +૯૧-૯૯૯૮૧૪૯૭૯૪

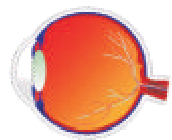
કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિજિયોલોજીસ્ટ
ડૉ. અજય નાઇક +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬
ડૉ. વિનીત સાંખલા +૯૧-૯૯૨૫૦ ૧૫૦૫૬

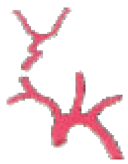
મૂલ્યોને ૧૨૦/૮૦ તરીકે લખાય છે.

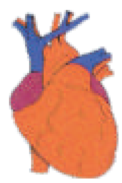
લોહીના દબાણનાં આનાથી વધારે મૂલ્યો હોય, એટલે કે લોહીનું દબાણ ૧૪૦/૯૦ કરતા વધારે હોય તો તેને હાઇપરટૅન્શન અથવા હાઇ બ્લડપ્રેશર (એચ.બી.પી.) કહેવાય છે. તેનો અર્થ એ છે કે તમારી ધમનીઓમાં લોહીનું દબાણ સતતપણે સામાન્ય કરતાં વધારે રહે છે અને તેનો ઇલાજ પરેજી તેમજ દવા વડે થવો જોઈએ.

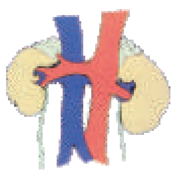
સ્વસ્થ વ્યક્તિમાં પણ લોહીનું દબાણ ચોક્કસ ૧૨૦/૮૦ હોવું જરૂરી નથી. તમારાં કામ અને સંવેદનાઓમાં થતાં ફેરફાર મુજબ દર મિનિટે દબાણ બદલાતું રહે છે. સામાન્ય સ્વસ્થ વ્યક્તિઓમાં પણ દાદર ચડવાથી, ગુસ્સો કરવાથી, કસરત કરવાથી તથા અન્ય કાર્યોથી લોહીનું દબાણ વધી જતું હોય છે.

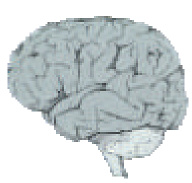
લોહીના ઊંચા દબાણથી નીચેના અવયવોને નુકસાન પહોંચી શકે.


આંખ


લોહીની ધમનીઓ


હૃદય


કિડની


મગજ

કોને થઈ શકે?

અનેક સંશોધન પછી પણ એ વાત સ્પષ્ટ થતી નથી કે અમુક લોકોને હાઇ બી.પી. થાય છે અને બીજા લોકોને સારું બી.પી. રહે છે. પણ એ સ્પષ્ટ છે કે જે લોકોનું વજન ખૂબ જ વધારે હોય અથવા જેમને ડાયાબિટીસ હોય છે અથવા જે લોકો તણાવયુક્ત જિંદગી જીવતા હોય તથા જેમના કોઈ સગાને હાઇ બી.પી. હોય, આવા લોકોને સામાન્ય રીતે હાઈ બી.પી. થાય છે. બીડી-સિગારેટ પીનારા અથવા સ્થૂળ પ્રકૃતિની વ્યક્તિઓમાં હાઇ બી.પી. થવાની શક્યતા વધારે રહે છે.

વજનથી કઈ રીતે અસર પામે છે?

બ્લડપ્રેશર માટે સૌથી મહત્ત્વનું કારણ વધુ પડતું વજન છે. વધુ પડતું વજન હૃદય અને ફેફસાં પર ભાર મૂકે છે અને વધુ કાર્ય કરવા દબાણ કરે છે. શરીરમાં મીઠું કે પાણીનો ભરાવો થવાથી (water retention, જે સામાન્ય રીતે મીઠું વધુ ખાવાથી થાય છે) બ્લડપ્રેશર વધે છે.

પ્રિ-હાઇપરટૅન્શનની વ્યાખ્યા
જેમનું સિસ્ટોલિક બ્લડપ્રેશર ૧૨૦-૧૩૯ અથવા ડાયાસ્ટોલિક બ્લડપ્રેશર ૮૦-૮૯ની વચ્ચે હોય તેઓને પ્રિ-હાઇપરટૅન્શન છે તેમ કહેવાય.

કઈ રીતે મારે છે?

લોહીનું દબાણ સતત ઊંચું રહેવાથી હૃદય પર ભાર પડે છે, તેથી તે પહોળું થતું જાય છે અને તેની કાર્યક્ષમતા ઓછી થઈ જાય છે. જો મગજ, આંખ અને કિડની જેવા મહત્ત્વના અવયવોને ઊંચા દબાણથી લોહી મળે તો ધીમે-ધીમે તેમને ઈજા પહોંચે છે, અને તેના કારણે ગંભીર બીમારી થઈ શકે છે.

નિદાન

કોને હાઇ બી.પી. છે અને તે બાબતમાં શું કરવું જોઈએ, તે કોષ્ટકમાં દર્શાવ્યું છે. યાદ રાખો કે એક-બે વખત લોહીના દબાણનું માપ ઊંચું આવવાથી તમે બી.પી.ના દર્દી સાબિત નથી થતા. સારવાર શરૂ કરતાં પહેલાં લોહીનું દબાણ વારંવાર વધારે આવે છે કે નહીં તે જોવું જોઈએ.

તમારું લોહીનું દબાણ માપવામાં આવે તે પહેલાં થોડો આરામ કરી લેવો જરૂરી છે.

૧૮ વર્ષથી વધુ ઉંમરના લોકો માટે લોહીનાં દબાણનું વર્ગીકરણ અને તપાસ માટે ભલામણ દર્શાવતો કોઠો

લોહીના દબાણની શ્રેણી	સિસ્ટોલિક બ્લડપ્રેશર પારાના મિ. મિ.		ડાયાસ્ટોલિક બ્લડપ્રેશર પારાના મિ. મિ.
આદર્શ	૧૨૦ કરતાં ઓછું	અને	૮૦ કરતાં ઓછું
પ્રિ હાઇપરટૅન્શન	૧૨૦-૧૩૯	અથવા	૮૦-૮૯
પહેલો તબક્કો	૧૪૦-૧૫૯	અથવા	૯૦-૯૯
બીજો તબક્કો	૧૬૦ થી વધારે	અથવા	૧૦૦થી વધારે

લોહીના આદર્શ અને ઊંચા દબાણના મૂલ્યો

સારવાર

તમારું વજન વધારે હોય તો તેને ઘટાડો અને ખોરાકમાં મીઠું ઓછું વાપરો. સારવારનો પ્રાથમિક હેતુ લોહીના દબાણને સ્વીકાર્ય મર્યાદા સુધી લઇ આવવાનો છે. બીજો હેતુ છે મહત્ત્વના અવયવની હાઇ બી.પી.થી થતી ઈજાને નિવારવી. મહત્ત્વના અવયવ એટલે હૃદય, મગજ, કિડની, આંખો વગેરે.

મહત્ત્વના અવયવની ઈજાને નિવારવા સર્વપ્રથમ લોહીનું દબાણ ઓછું કરવું આવશ્યક હોય છે, જે દવા તેમજ પરેજી વડે કરવામાં આવે છે. તેની સાથે મહત્ત્વના અવયવની ઈજાને રોકવાની ખાસ દવાઓ પણ વાપરવી જરૂરી છે.

હાઇ બી.પી. માટે ઘણા પ્રકારની દવાઓ મળે છે. મોટા ભાગે હાઈ બી.પી.ની દવા આજીવન લેવી પડે છે. આ દવાઓની આડઅસર નજીવી હોય છે. મહેરબાની કરીને હાઇ બી.પી. માટેની દવાઓ તમારી જાતે ન લેવી અને તમારા ડૉક્ટરને પૂછ્યા સિવાય દવાનો ડોઝ ન બદલવો તેમજ દવા અચાનક બંધ ન કરી દેવી.

હૃદયરોગના હુમલા પછી એક બહેન બેહોશ અવસ્થામાં હતાં. એમના ઘરવાળા બહુ ચિંતિત હતા એટલે હિંમત આપવા નર્સે કહ્યું, **'બહેનની ઉંમર ઓછી છે એટલે બચવાની શક્યતા વધુ છે.'**

'એ કાંઈ એટલી જુવાન નથી, પૂરા અડતાળીસ વર્ષ થયાં છે એને!' બહેનના ઘરવાળાએ કહ્યું.

બહેનને તરત જ ભાન આવી ગયું : **'હજુ તો મને સુડતાળીસ જ થયાં છે.'**

વજન ઘટાડવાથી બી.પી. ઘટે?

જો તમારું વજન વધુ હોય તો આહારની ટેવો બદલી ૫ થી ૧૦ કિ.ગ્રામ જેટલું આદર્શ વજન ઓછું કરીને પણ તમારા બ્લડપ્રેશરને ઓછું કરાય. તમારા આહારમાં મીઠાનું પ્રમાણ ઓછું રાખો.

નિયમિત, યોગ્ય માત્રામાં કસરત તમને વજન ઘટાડવામાં મદદ કરશે.

હું મારી જાતની સંભાળ કેવી રીતે લઇ શકું?

તમારા ડૉક્ટર દ્વારા સૂચવાયેલ સારવાર યોજનાને અનુસરો. વધુમાં,

- ધૂમ્રપાન તથા તમાકુનું સેવન ના કરો.
- તમારા આહારમાં મીઠું, ચરબી અને કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડો.
- પ્રાણાયામ અને શવાસનની રીતો તણાવ દૂર કરવા શીખો.
- તમારા ડૉક્ટરની સૂચનાઓ મુજબ નિયમિત કસરત કરો.
- તમારા ડૉક્ટર પાસે નિયમિતપણે બ્લડપ્રેશર ચકાસવા જાઓ. ઘરમાં બ્લડપ્રેશર માપવાનું યંત્ર વસાવી લેવું જોઈએ.

હું હાઈબ્લડપ્રેશર કેવી રીતે રોકી શકું?

હાઇબ્લડપ્રેશર રોકવા / તમે :

- આદર્શ વજન જાળવો
- નિયમિત કસરત કરો
- સ્વસ્થ તંદુરસ્તી જાળવવા તમાકુનું વ્યસન અને ધૂમ્રપાન બંધ કરો. તમે લેતાં આલ્કોહોલની માત્રા ઘટાડો.

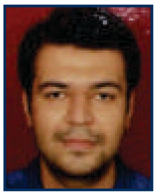
શું તમારું લોહીનું દબાણ ઓછું થઈ શકે?

ક્યારેક તમારું લોહીનું દબાણ ૧૨૦/૮૦થી નીચે પણ જઈ શકે જેમ કે ૯૦/૬૦. સામાન્ય રીતે તેમાં ચિંતા માટે કોઈ કારણ હોતું નથી. પણ જો તમને ચક્કર અથવા અંધારાં આવે તો તમારા ડૉક્ટર પાસે જવું જોઈએ.

સૌજન્ય 'હૃદયની વાત દિલથી' - લેખક : ડૉ. કેયૂર પરીખ

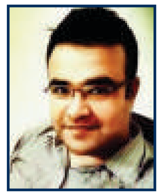
સીમ્સ હોસ્પિટલની મેડિકલ ટીમમાં સમાવિષ્ટ નવા ડોક્ટર્સ

ડૉ. અંકુર સંઘવી
MBBS, MS (General Surgery),
MCh (Neurosurgery)
ન્યુરોસર્જન
(મો) +૯૧-૮૮૩૦૮૧૧૪૯૧
ankur.sanghavi@cimshospital.org



ડૉ. અમિત ચંદન
MBBS, DNB (CVTS)
કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર અને થોરાસીક સર્જન
(મો) +૯૧-૯૬૯૯૦૮૪૦૯૭
amit.chandan@cimshospital.org

ડૉ. સાગર બેટાઇ
MBBS, MD, DM (Neurology)
ન્યુરોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૯૯૦૪૪૦૩૧૪૨
૯૧૬૧૮૮૫૯૭૯
sagar.betai@cimshospital.org



ડૉ. હેમલ શાહ
MBBS, MS (Otorhinolaryngology)
ઇએનટી સર્જન
(મો) +૯૧-૯૯૦૯૦૩૬૭૬૭
hemal.shah@cimshospital.org

ડૉ. ઉમા મહેતા
MBBS, MD (Radiology)
રેડીયોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૭૪૩૩૦ ૨૮૬૬૮
uma.mehta@cimshospital.org

ડૉ. નૂપુર પટેલ
MBBS, DMRD (Radiology)
રેડીયોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૯૮૯૮૪ ૧૩૮૩૮
nupur.patel@cimshospital.org

ડૉ. ચિરાગ પરમાર
MBBS, MD (Pathology)
પેથોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૯૪૨૭૬ ૩૯૫૦૩
chirag.parmar@cimshospital.org

ડૉ. વૃષ્ટિ ગાંધી
MBBS, MD (Radiology)
રેડીયોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૯૯૭૯૭ ૯૫૮૬૮
vrushti.gandhi@cimshospital.org

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે સંપર્ક કરો : +૯૧-૯૮૨૫૦૬૬૬૬૧, +૯૧-૭૯-૩૦૧૦૧૦૦૮

સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર

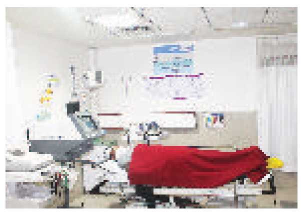
CIMS

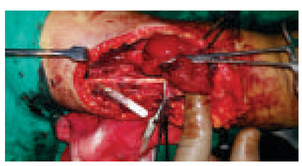
ઈમરજન્સીના સમયે, ફક્ત સીમ્સ જ

સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર એ અકસ્માત અને ઈજાગ્રસ્ત દર્દીઓને સંપૂર્ણ તત્કાળ મેડિકલ સેવાઓ આપતું ગુજરાતના શ્રેષ્ઠ સેન્ટરોમાંનું એક છે.

સહયોગી સેવાઓ

- છાતી તથા પેટની ગંભીર ઈજાઓની સારવાર
- માથાની ઈજા માટેની સારવાર
- ચહેરા તથા મેક્સિલોફેશિયલ સર્જરી
- ઓર્થોપેડિક ટ્રોમા સર્વિસ
- પીડિઆટ્રિક ટ્રોમા સેન્ટર
- બર્ન, પ્લાસ્ટિક અને રિકન્સ્ટ્રક્ટિવ સર્જરી
- એક્યુટ કેર સર્જીકલ યુનિટ અને સર્જીકલ ક્રિટિકલ કેર વિભાગ
- વાસ્ક્યુલર સર્જરી





અમદાવાદનું એક વિશાળ ઈમરજન્સી અને ટ્રોમા કેર ડિપાર્ટમેન્ટ, જેમાં ૧૫ માંથી ૭ ડિજીટાઈઝડ પ્રાઈવેટ બેડ સાથે.

એટીએલએસ (એડવાન્સ ટ્રોમા લાઈફ સપોર્ટ) ટ્રોમાના દર્દીઓની સારવાર માટે આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રોટોકોલ

સોસાયટી ઓફ ઈમરજન્સી મેડીસીન ઓફ ઈન્ડીયા (SEMI) પ્રમાણિત ગુજરાતની એકમાત્ર હોસ્પિટલ

24 X 7
ઈમરજન્સી અને ટ્રોમા
હેલ્પ લાઈન / ઈમરજન્સી **+91-70 69 00 00 00** એમ્બ્યુલન્સ **+91-98244 50000 | +91-97234 50000**

સીમ્સ સ્તન કેન્સર જાગૃતિ મહિનો

સ્પેશિયલ તપાસ માટે નો કાર્યક્રમ

Rs ~~6999/-~~

Rs. 999/-

નવેમ્બર ૩૦, ૨૦૧૭ સુધી

નિઃશુલ્ક કન્સલટેશન
(ગાયનેકોલોજી અને ઓન્કોલોજી)

સ્ત્રીઓ માટે સ્પેશિયલ પેકેજ
(એપોઈન્ટમેન્ટ દ્વારા)

- પેલ્વિક અલ્ટ્રા સાઉન્ડ
- પેપ સ્મીયર
- મેમોગ્રાફી (બંને બાજુ)

MRI બ્રેસ્ટ ઉપર ૨૫%* ડિસ્કાઉન્ટ
બાયોપ્સી ઉપર ૨૦%* ડિસ્કાઉન્ટ
*ડૉક્ટરની સલાહ મુજબ

"ઝડપી નિદાન, ઝડપી સારવાર"

નિઃશુલ્ક જીનેટિક્સ કાઉન્સેલિંગ
જો કોઈપણ કુટુંબના સભ્યને સ્તાન / અંડાશય / ગર્ભાશયના મુખના (સર્વાઈકલ) કેન્સર થી અસરગ્રસ્ત હોય તેમના માટે જીનેટિક્સ કાઉન્સેલિંગ ગુરૂવારે જ કરવામાં આવશે.

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +91-79-3010 1008 | મોબાઈલ : +91-98250 66661
સમય : સવારે 09:00 થી સાંજે 07:00 સુધી | ઈમેલ : opd.rec@cimshospital.org

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ,
સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૨ ફેક્સ : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
ઇમેલ : info@cims.org | www.cims.org

JCI (USA) NABH NABL Certificate No. M-0500 ACC International Centers Of Excellence Green OT Certified Green Operated On Theater

CIMS Application Available On :

૨૪ X ૭ હેલ્પલાઇન : +૯૧-૭૦૬૯૦૦૦૦૦૦ | એમ્બ્યુલન્સ : +૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦ | ૯૭૨૩૪ ૫૦૦૦૦

CIMS

સીમ્સ હૉસ્પિટલ

મલ્ટી સ્પેશિયાલિટી ક્લિનિક્સ

સવારના ૮-૦૦ વાગ્યાથી સાંજના ૬-૦૦ વાગ્યા સુધી (સોમવાર થી શનિવાર)

ભારતમાં એકમાત્ર એવી હૉસ્પિટલ કે જે નીચે દર્શાવેલ માન્યતાઓ ધરાવે છે

NABL Certificate No. M-0500 | ACC International Centers Of Excellence | GreenOT Certified Green Operated On Theater

૯ શ્રેણી ધરાવતા ૧૦૦ અતિ આધુનિક ઓપરેશન થિયેટર્સ અને પ્રસૂતિગૃહ	૩૫૦ બેડ્સ	૧૩૮ આઈસીયુ અને તાત્કાલિક સારવાર કેસો માટે બેડ્સ	અંગ પ્રત્યાપર્ણ કેન્દ્ર : કિડની, હૃદય, આગામી સમયમાં શરૂ થશે : લીવર

સમગ્ર ભારતમાં દર્દીઓની વધુ સારી અને વધુ ઝડપી સારવાર માટે પ્રથમ સંપૂર્ણ સંકલિત 'ડિજીટલ' કે જે જીઈ આરોગ્ય સારવાર કેન્દ્રીત સાહસ છે કે જ્યાં 'અદ્‌ભુત અને ઉચ્ચ સચોટ સારવાર ઉકેલ' માટે સંપૂર્ણ ડિજિટલાઇઝ્ડ આઈસીયુ અને ઓપરેશન થિયેટર છે.

હૃદય સંબંધિત રોગો
ડૉ. સત્ય ગુપ્તા
ડૉ. વિનીત શાંખલા
ડૉ. વિપુલ કપૂર
ડૉ. તેજસ વી. પટેલ
ડૉ. ગુણવંત પટેલ
ડૉ. કેયૂર પરીખ
ડૉ. મિલન ચગ
ડૉ. ઊર્મિલ શાહ
ડૉ. હેમાંગ બક્ષી
ડૉ. અનિશ ચંદારાણા
ડૉ. અજય નાઈક
ડૉ. કશ્યપ શેઠ (પિડીયાટ્રીક)
ડૉ. દિવ્યેશ સદાડીવાલા (પિડીયાટ્રીક)

હૃદય-છાતી સંબંધિત સર્જરી
ડૉ. ધીરેન શાહ
ડૉ. ધવલ નાયક
ડૉ. અમિત ચંદન

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયાક
ડૉ. શૌનક શાહ

નસની કાર્ડિયાક સર્જરી
ડૉ. પ્રણવ મોદી

દાંતના રોગો
ડૉ. પરવીન ચંદારાણા
ડૉ. ચાંદની પટેલ

આંખના રોગ માટે
ડૉ. સ્મિતા ધીર

કેન્સર-રેડિયેશન
ડૉ. દેવાંગ સી. ભાવસાર
ડૉ. મૌલિક ભેંસદડિયા
ડૉ. પ્રાપ્તિ પટેલ દેસાઈ
ડૉ. મલ્હાર પટેલ
મુલાકાત માટે કોલ કરો : +૯૧ ૯૯૭૯૨૭૫૫૫૫

કેન્સર-સર્જીકલ ઓન્કોલોજી
ડૉ. જયેશ વી. પટેલ
ડૉ. નટુ પટેલ
ડૉ. અશોક પટેલ
ડૉ. તરંગ એચ. પટેલ
ડૉ. દર્શન આર. ભણસાલી
મુલાકાત માટે કોલ કરો : +૯૧ ૯૯૭૯૨૭૫૫૫૫

કેન્સર મેડિકલ ઓન્કોલોજી
ડૉ. ચિરાગ દેસાઈ
ડૉ. રાહુલ જયસ્વાલ
ડૉ. કલ્પેશ પ્રજાપતિ
મુલાકાત માટે કોલ કરો : +૯૧ ૯૯૭૯૨૭૫૫૫૫

પીડિયાટ્રીક હિમેટો ઓન્કોલોજી
ડૉ. વિક્રમજીત સિંહ કન્વર

સંધિવાના રોગો
ડૉ. પૂજા શ્રીવાસ્તવ
ડૉ. રીના શર્મા

મગજ સંબંધિત રોગો અને કરોડરજ્જુ સર્જરી / પીઠનો દુખાવો
ડૉ. દેવેન ઝવેરી
ડૉ. ટી.કે.બી. ગણપથી
ડૉ. અંકુર સંઘવી

ન્યૂરોલોજી
ડૉ. મયંક પટેલ
ડૉ. પરીન્દ્ર દેસાઈ
ડૉ. શાલીન શાહ
ડૉ. પ્રણવ જોષી
ડૉ. પ્રિયંક શાહ
ડૉ. સાગર બેટાઇ

નેફ્રોલોજી અને રીનલ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ
ડૉ. જીગ્નેશ પંડ્યા
ડૉ. મંથન કંસારા

મુત્રાશયના રોગો માટે
ડૉ. રૂપેશ શાહ

ગેસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજી
ડૉ. ભાવેશ ઠક્કર

સ્થૂળતાની સર્જરી (વજન સંબંધિત રોગો)
ડૉ. દિગ્વિજયસિંહ બેદી

જનીન સંબંધિત રોગો
ડૉ. કાંતિ શાહ

આંખ, નાક અને ગળાના રોગો
ડૉ. ઉમાકાન્ત શાહ
ડૉ. હેમલ શાહ

ક્રીટીકલ કેર
ડૉ. અમીત પ્રજાપતિ
ડૉ. ભાગ્યેશ શાહ
ડૉ. વિપુલ ઠક્કર

નિયોનેટલ / પીડિયાટ્રીક ક્રીટીકલ કેર
ડૉ. અમિત ચીતલીયા
ડૉ. સ્નેહલ પટેલ

પલ્મોનોલોજી
ડૉ. અમિત પટેલ
ડૉ. નીતેશ શાહ
ડૉ. કલ્પેશ પંચાલ

ચેપીરોગો અને તાવ માટેનું દવાખાનું
ડૉ. સુરભી મદાન

ગેસ્ટ્રોઇન્ટેસ્ટીનલ સર્જરી
ડૉ. મનીષ ગાંધી
ડૉ. જોય અબ્રાહમ

ચામડીના રોગો
ડૉ. સ્નેહા ગોહિલ

ફીઝીશીયન
ડૉ. હાર્દિક શાહ

એન્ડોક્રાઇનોલોજી
ડૉ. વિવેક પટેલ

સ્ત્રીરોગ, પ્રસુતિ અને આઈવીએફ (૧૦ થી ૮)
ડૉ. સ્નેહા બક્ષી
ડૉ. દેવાંગ પટેલ
ડૉ. નવીન પંચાલ
ડૉ. પૂર્ણા પટેલ

હાડકાના રોગો અને સાંધાના રોગો
ડૉ. પ્રણવ શાહ
ડૉ. કેયૂર બૂચ
ડૉ. રચિત શેઠ
ડૉ. સતીષ પટેલ
ડૉ. કૃણાલ પટેલ

ટ્રોમા-આકસ્મિક સેવાઓ
ડૉ. સંજય શાહ
ડૉ. પ્રણવ શાહ

દુખાવા માટે
ડૉ. રાજીવ હર્ષે
ડૉ. દિપક દેસાઈ

પેથોલોજી અને માઇક્રોબાયોલોજી
૨૪ કલાક (સપ્તાહના સાતે સાત દિવસ)

રેડિયોલોજી - ૨૪ કલાક (સપ્તાહના સાતે સાત દિવસ)	ગુજરાતમાં પ્રથમ એવી ખાનગી હોસ્પિટલ કે જ્યાં તમામ તાત્કાલિક સારવારના કેસોમાં બે સીટી સ્કેન અને ૧ એમઆરઆઈ (સાયલન્ટ) સીટી કોરોનરી એન્જિયોગ્રાફી માત્ર ૧૫ સેકન્ડમાં	મુલાકાત માટે કોલ કરો + ૯૧ ૯૯૨૪૮ ૪૯૮૫૫

અમદાવાદમાં કુલ ૧૫માંથી ૭ ડિજિટલાઇઝ્ડ પ્રાઇવેટ બેડ્સ સાથે ૨૪ કલાક સૌથી વિશાળ તાત્કાલિક સારવાર અને ટ્રોમા કક્ષાની અદ્યતન સુવિધાઓ

CIMS KHAMBATTA LINAC CENTRE

AREEZ KHAMBATTA BENEVOLENT TRUST

સીમ્સ ખંભાતા લીનાક (રેડિયોથેરાપી) અરીઝ ખંભાતા બેનેવોલેન્ટ ટ્રસ્ટ★
★કેન્સરપીડિત જરૂરિયાતમંદ દર્દીઓ માટે વાજબી ભાવે રેડિયોથેરાપી સારવાર ઉપલબ્ધ છે.

સીમ્સ એક્સપ્રેસ

એ જ દિવસે મુલાકાત
આપની વધુ સારી સારવાર માટેની સેવા

શું તમારે આજે જ એપોઈન્ટમેન્ટ જોઈએ છે ?

તે જ દિવસ / બીજા દિવસની એપોઈન્ટમેન્ટ લેવા માટે **સીમ્સ એક્સપ્રેશ** માં ફોન કરો*
ફોન નં. 079-30101008 | +91 9825066661
*જો તમે એ દિવસે બપોરે 12 વાગ્યા પહેલા ફોન કરશો તો (સોમવાર થી શુક્રવાર - સવારે 09:00 થી સાંજે 07:00 વાગ્યા સુધી) અથવા બપોરે 12 વાગ્યા પછી ફોન આવશે તો બીજા દિવસની એપોઈન્ટમેન્ટ મળશે.
* જે તે દિવસે જે ડૉક્ટર હાજર હશે તે દર્દીની તપાસ કરશે.

૨૪ કલાક તબીબી મદદ માટે ફોન નં. : + ૯૧ ૭૦૬૯૦૦૦૦૦૦

CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૨ ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
ઇમેલ: info@cims.org | www.cims.org

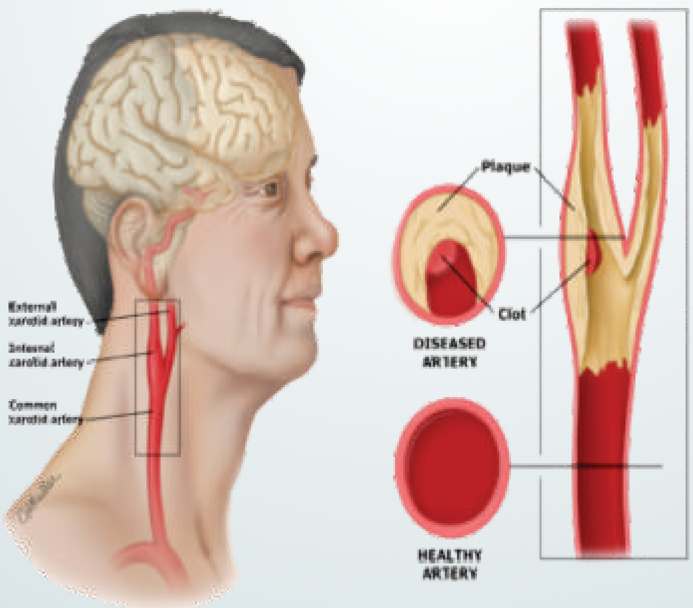
CIMS Application Available On :

24 x 7 હેલ્પલાઈન : +91-70 69 00 00 00| એમ્બ્યુલન્સ : +91-98244 50000 | ઈમરજન્સી : +91-97234 50000

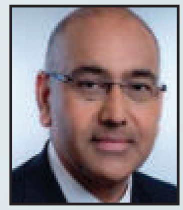
JCI (USA) NABH NABL ACC GreenOT

કેરોટીડ (સ્ટ્રોક) અને પેરીફેરલ વાસ્ક્યુલર ઈન્ટરવેશન વર્કશૉપ

સીમ્સ અને અગ્રણી આંતરરાષ્ટ્રીય ટીમ દ્વારા



ડૉ. અશિત જૈન
એમડી (યુએસએ)



ડૉ. અલ્પેશ શાહ
એમડી (યુએસએ)

જાન્યુઆરી ૦૪, ૨૦૧૮

સીમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદ

પેરીફરલ વાસ્ક્યુલર ડીસીઝ (PVD), એબ્ડોમિનલ એઓર્ટિક એન્યુરિઝમ (AAA)
દર્દીઓ એ કન્સલ્ટેશન અને ઈન્ટરવેશન માટે સંપર્ક કરો
નિરજ સાગર મો. +91-90990 24381 ડૉ. કૃણાલ શાહ મો. +91-94296 31453

સીમ્સ કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર ટીમે મોટી સંખ્યામાં કેરોટેડ કેસો કર્યા છે.
જેમાં છેલ્લા થોડા વર્ષોમાં ખૂબ મોટી સંખ્યામાં કેરોટેડ ઈન્ટરવેશનનો સમાવેશ થાય છે.

"Maru Hriday" Registered under RNI No. GUJGUJ/2009/28044
Published 15th of every month
Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 22nd to 27th of every month under
Postal Registration No. GAMC-1731/2016-2018 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2018
Licence to Post Without Prepayment No. CPMG/GJ/101/2016-2018 valid upto 31st December, 2018

If undelivered Please Return to :

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall,
Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.
Ph. : +91-79-2771 2771-72
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*

CIMS

સીમ્સ COPD અને ધુમ્રપાન નિવારણ સ્ક્રીનિંગ પ્રોગ્રામ

ક્રોનિક ઓબ્સ્ટ્રક્ટિવ પલ્મોનરી ડિસીઝ (COPD)

COPD એક રોગ છે જે ફેફસાના વાયુ નલિકાઓમાં નુકસાન પહોંચાડે છે, જેના કારણે તે સાંકડી થતી જાય છે. અને હવાને ફેફસાં માંથી બહાર કાઢવા માટે તેને સખ્ત બનાવે છે. COPD માં ક્રોનિક બ્રોનચીટીસ અને એમ્ફેસીમા સામેલ છે.

નવેમ્બર ૧૫, ૨૦૧૭ થી નવેમ્બર ૩૦, ૨૦૧૭

ખાસ ઓફર

~~₹ 3300/-~~ ₹ ૧૪૯૯/-

- પલ્મોનરી કન્સલ્ટેશન
- મનોવૈજ્ઞાનિક કન્સલ્ટેશન
- પલ્મોનરી રિહેબિલિટેશન
- એક્સ-રે
- પલ્મોનરી ફંક્શન ટેસ્ટ

સીટી સ્કેન, એમઆરઆઇ અને સ્લિપ સ્ટડી ૨૫%* ડિસ્કાઉન્ટ

*ડૉક્ટરની સલાહ મુજબ

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +91-79-3010 1008 | મોબાઈલ : +91-98250 66661
સમય : સવારે 09:00 થી સાંજે 07:00 સુધી | ઈમેલ : opd.rec@cimshospital.org

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદારાણાએ સીમ્સ હોસ્પિટલ 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.

JCI (USA) NABH NABL ACC cGreenOT