



Price ₹ 5/-

મારું હૃદય

વર્ષ-૧૦, અંક-૧૧૬, ૧૫ ઓગસ્ટ, ૨૦૧૯

કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

ડૉ. સત્ય ગુપ્તા	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૫૭૮૦	ડૉ. મિલન ચગ	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ડૉ. વિનીત સાંખલા	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૧૫૦૫૬	ડૉ. ઉર્મિલ શાહ	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૯૩૯
ડૉ. વિપુલ કપૂર	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૯૯૮૪૮	ડૉ. હેમાંગ બક્ષી	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧
ડૉ. તેજસ વી. પટેલ	+૯૧-૯૮૪૦૩ ૦૫૧૩૦	ડૉ. અનિશ ચંદ્રસાહા	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨
ડૉ. ગુણવંત પટેલ	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬	ડૉ. અજય નાઇક	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬
ડૉ. કેપૂર પરીખ	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૨૬૯૯૯		

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજિસ્ટ

ડૉ. કશ્યપ શેઠ	+૯૧-૯૮૨૪૬ ૧૨૨૮૮	ડૉ. મિલન ચગ	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ડૉ. દિવ્યેશ સાદરીવાળા	+૯૧-૮૨૩૮૩ ૩૯૯૮૦		

કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. ધીરેન શાહ	+૯૧-૯૮૨૫૫ ૭૫૯૩૩
ડૉ. ધવલ નાયક	+૯૧-૯૦૯૯૧ ૧૧૧૩૩
ડૉ. અમિત ચંદન	+૯૧-૯૬૯૯૦ ૮૪૦૯૭
પીડિયાટ્રીક અને સ્ટ્રક્ચરલ હાર્ટ સર્જન	
ડૉ. શૌનક શાહ	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૪૫૦૨

કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર, થોરાસીક અને થોરાકોસ્કોપીક સર્જન

ડૉ. પ્રણવ મોદી	+૯૧-૯૮૨૪૦ ૮૪૭૦૦
----------------	-----------------

કાર્ડિયાક એનેસ્થેટીસ્ટ

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

કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજિસ્ટ

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

નીઓનેટોલોજિસ્ટ અને પીડિયાટ્રીક ઇન્ટેન્સીવિસ્ટ
ડૉ. અમિત ચિતલીયા +૯૧-૯૦૯૯૯ ૮૭૪૦૦

રૂંધાયેલી નળીઓનું પરિણામ - હાર્ટ એટેક

આપણે જોયું કે ધમનીઓ કઈ રીતે કઠણ થઈ જાય છે અને તેમાં અવોધ આવી જાય છે. તે અવોધના કારણે એન્જાયના પેક્ટોસિસ અને તેના પછી હૃદયોગનો હુમલો આવે છે. (એને એક્યૂટ માયોકાર્ડિયલ ઇન્ફાર્ક્શન કહેવાય છે.)

જ્યો હૃદયને લોહી ઓછું પહોંચે છે, ત્યો ખેખ શું થાય છે? જો થોડું પાણી લોહી મળતું હોય તો દર્દીને છાતીમાં તીવ્ર દુખાવો અને ગભામાણ થાય છે. આ સ્થિતિને ‘અસ્થિ એન્જાયના’ કહેવાય છે. જો લોહી મળતું તદ્દન બંધ થઈ જાય, તો હૃદયના જે ભાગને તે અવોધવાળી ધમની દ્વારા લોહી મળતું હોય તે ભાગ હંગામી ધોણે મૃત્યુ જ પામે છે, એટલે કે હૃદયના તે ભાગમાંથી ચેતન જતું હોય છે અને તે પોતાની કાર્યક્ષમતા ગુમાવી દે છે. આને હૃદયોગનો હુમલો (હાર્ટ એટેક) કહેવામાં આવે છે.

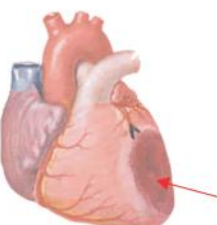
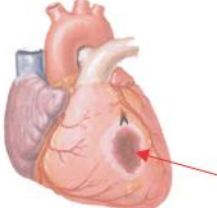
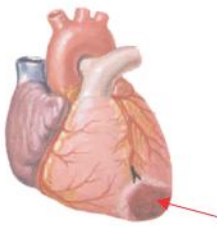
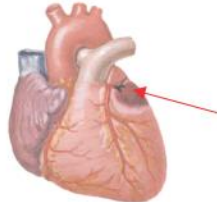
આશ્ચર્યજનક વાત એ છે કે આ બહાદુ અવયવ હજુ પાણી લોહી પંપ કરવાનું ચાલુ રાખે છે, પાણી ઓછી ક્ષમતાથી. આ હૃદયોગના હુમલા પછી તત્ત્વો સમય બહુ ક્ટોક્લીનો હોય છે. જો હુમલા પછીના 6 થી 12 કલાકમાં યોગ્ય સાવા આપવામાં આવે, તો હૃદયના જે ભાગને લોહી ન મળવાથી નુકસાન થયું હોય, તે ભાગ ફરીથી

કાર્યત થઈ શકે. આથી હૃદયોગના હુમલા પછી તાત્કાલિક સાવા કવી જોઈએ. હૃદયોગના તીવ્ર હુમલા વખતે તાત્કાલિક સાવા ઘણી વા દર્દીને જીવનદાન અર્પે છે.

હૃદયોગના હુમલાની ચેતવાણીનાં ચિહ્નો

હૃદયોગના અમુક હુમલા અચાનક અને તીવ્રતાથી આવે છે, પાણી મોટાભાગના હૃદયોગના હુમલા ધીમે ધીમે ચાલુ થાય છે અને તેમાં ધીમો દુખાવો અથવા ધીમી ગભામાણ થાય છે. આ છે સૌથી સામાન્ય લક્ષણો અને ચિહ્નોમાંનાં થોડાંક :

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



હાર્ટએટેકથી હૃદયને જુદી જુદી જગ્યાએ નુકસાન થાય છે.

- છાતીમાં ગભામાણ : છાતીના વચલા ભાગમાં ગભામાણ, જે થોડીક મિનિટોથી વધો લાંબી ચાલે અથવા તો બંધ થઈ જાય. તેનાથી ઝુચિ પેદા કરતું વજન, દબાણ, ભાવા અથવા દુખાવા 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 ગભામાણ થવાની સાથે થાય છે, પાણી તે ગભામાણ થતા પહેલાં પાણી થઈ શકે.
- અન્ય લક્ષણો : જેમાં ઠંડો પસીનો છૂટવો, મોળ ચડવો, અથવા મગજ ખાલી-ખાલી લાગવું તેનો સમાવેશ થાય છે. ઊલટી પાણી થાય છે.

જો તમને અથવા તમારી સાથેના કોઈને છાતીમાં ગભામાણ થતી હોય,

ઉંમર : પુરુષ	ઉંમર ૪૫ વર્ષ કે તેથી વધારે
ઉંમર : સ્ત્રી	ઉંમર ૫૫ વર્ષ કે તેથી વધારે અથવા પ્રિમેયોર મેનોપોઝ
હૃદયના રોગનો ઐતિહાસિક ઇતિહાસ	નાની ઉંમરે હૃદયની ધમનીનો રોગ
તમાકુનું સેવન અથવા (ધૂમપાન)	જેટલું વધારે ધૂમપાન 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. કરતાં એલ.ડી.એલ. વધુ ૩૫ મિ.ગ્રા. / ડી.એલ. કરતાં 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 પામ્યા હોય.

હૃદયોગ કોને થઈ શકે?

ખાસ કીને એક અથવા વધુ અન્ય લક્ષણો સાથે, તો થોડી મિનિટથી વધુ વિલંબ ન કરવો (પાંચ મિનિટથી વધો તો કયોય નહીં) તત જ કોઈને મદદ માટે બોલાવો અને તાત્કાલિક હોસ્પિટલ 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. મહેબાની કીને જાતે વાહન ચલાવીને ન જવું, સિવાય કે બીજો કોઈ જ સ્ત્રો ન હોય.

ઝડપભે સાવા કઈ રીતે શરૂ કરવી?



‘જુઓ પટેલસાહેબ,’
zkuõxhu કહ્યું, ‘તમા માટે “સર્વોત્તમ સલાહ” એ છે કે તમે સિગોટ અને તમાકુ બંધ કરો. દારૂ પીવાનું બંધ રાખો અને ચબીવાળો ખોરાક ન લો.’

‘સર્વોત્તમ સલાહ મો નથી જોઈતી, પણ બીજા નંબની ઉત્તમ સલાહ આપો.’



હૃદયોગના હુમલાને ઓળખતાં શીખી લેવું અને તાબડતોડ સુસજ્જ હોસ્પિટલ જવું. તે તાત્કાલિક સાવા મેળવવા માટેનો શ્રેષ્ઠ સ્તો છે. આમ કવા માટે હૃદયોગનાં સામાન્ય લક્ષણો વિશે ઘની સર્વે વ્યક્તિઓને માહિતી હોવી જ જોઈએ. દર્દી પોતે, તેનાં પતિ/પત્ની, સગાં-સંબંધી, મિત્રો, ફૅમિલી ડૉક્ટર, હોસ્પિટલ અને હૃદયોગ નિષ્ણાતે મળીને એક ટીમ બનાવવી જોઈએ, જેથી કીને દર્દીને સર્વશ્રેષ્ઠ સાવા મળે.

ઘણી વખત અમે હૃદયોગના તીવ્ર હુમલાવાળા દર્દીને સાામાં સાી સાવા આપી શક્યા છીએ તો ફક્ત એટલા જ કાણસ કે તે દર્દીને સમયસ અમાી પાસે લાવવામાં આવ્યા હતા.

આ થવાનું કાણ એ હતું કે દર્દી અને તેને ટેકો આપના લોકો હૃદયોગ હુમલાનાં લક્ષણો અને નિશાનીઓથી અને હુમલો આવે ત્યો શું કવું તેનાથી પાિચિત હતા. તે ઉપાંત હોસ્પિટલ કટોકટીની હાલતવાળા દર્દીની સાવા કવા માટે તૈયા સ્થિતિમાં હતી.

પહેલો એક કલાક

સંશોધન દ્વાા જાણવા મળ્યું છે કે હૃદયોગના હુમલાથી થતા મોટાભાગના મૃત્યુ છાતીમાં દુખાવો થાય ત્યા પછીના પહેલા કલાકમાં જ થાય છે. પણ જો લોહી ન પહોંચતું હોય તેવા હૃદયના સ્નાયુના ભાગને થોડી જ વામાં લોહી આપવામાં આવે, તો તે ખામી વગ ફીથી તદ્દન સ્વસ્થ થઈ જાય છે. એટલે હૃદયોગના હુમલાની સર્વોત્તમ સાવા જેટલી વહેલી મળે એટલી સાી.

તમને અથવા કોઈને હૃદયોગનો હુમલો આવ્યો છે તેવી શંકા હોય તો ડૉક્ટરને ઘે બોલાવવાથી કિંમતી સમય બબાદ થાય છે અને સમયની બબાદીના



હિસાબે મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. એટલે હૃદયોગના હુમલા પછીની સર્વોત્તમ સાવા માટે પૂપૂ સુવિધા હોય તેવી નજીકની હોસ્પિટલમાં જલદીમાં જલદી પહોંચી જવું જોઈએ.

હૃદયોગનો શાંત હુમલો

ડયાબિટીસના દર્દીને હૃદયોગનો હુમલો આવે ત્યો દુખાવો ન થાય તેવું બની શકે. તેમને કદાચ કોઈ જ લક્ષણ ન અનુભવાય અથવા તો થોડે શ્વાસ ચડે અથવા પસીનો વળે, અથવા ખૂબ જ નબળાઈ લાગે. આ પ્રકાના કિસ્સાઓનો ખ્યાલ ન આવે અને તેની સાવા ન થાય એવું બને, કાણ કે ઘણા લોકો આવાં સામાન્ય લક્ષણોને ધ્યાનમાં ન લે.

હૃદયોગના હુમલામાં શું કવું?

જે પણ કામ કતા હોય તે બંધ કીને આામ કો. ઓગળી શકે તેવી

એસ્પિનિની એક ગોળી લો. તેનાથી લોહી પાતળું થઈ જાય છે અને તેને જામતું અટકાવે છે. એસ્પિનિની એક ગોળી લેવી એ હૃદયનાં હુમલા માટે ઘે થઈ શકે તેમાં સૌથી સાો ઇલાજ છે. નાઈટ્રોગ્લિસેરિની એક ગોળી જીભની નીચે મૂકી દો. તત મદદ માંગો અને એમ્બ્યુલન્સ બોલાવો.

તમાા ડૉક્ટરને ઘે બોલાવવાથી કિંમતી સમય બબાદ થાય છે. ફોન પ તમાા ડૉક્ટરને તકલીફની વાત કીને તાત્કાલિક હોસ્પિટલે પહોંચી જાઓ.

ઓગળી શકે તેવી એસ્પિનિ લેવી તે સૌથી મહત્વનું છે, જે જીવ બચાવી શકે છે અને જ્યો પણ તમને પોતાને હૃદયોગનો હુમલો થયો હોવાની શંકા જાય ત્યો તમે એસ્પિનિ લઈ શકો છો.

હોસ્પિટલની અંદ

હૃદયોગના હુમલાના કેસ ઈન્ટેન્સિવ કોની કં યુનિટ (આઈ.સી.સી.યુ.)માં જાય છે. બીમાીની ઘટનાનો ઇતિહાસ, તબીબી તપાસ, લોહી તપાસ અને ઇ.સી.જી.થી નિદાન ચોક્કસ બને છે.

હૃદયના હુમલાનું ચોક્કસ નિદાન થયા બાદ દર્દીના ઇ.સી.જી. સતત નોંધવામાં આવે છે. તે પછીનો ઇલાજ હૃદયોગ નિષ્ણાત બહુ સમજી વિચાીને નક્કી કતાં હોય છે.

અમુક કેસમાં ઑકિસજન અપાય છે. લોહીને પાતળું બનાવવા માટે એસ્પિનિ જેવી દવાઓ આપાય છે. ઇન્જેક્શનથી નસોના માર્ગ દ્વાા નાઈટ્રોગ્લિસેરિ આપી શકાય. આનાથી હૃદયમાં લોહી વહેવાનું વધી જાય છે. સ્ટ્રેપ્ટોકોઈનેઝ, યુકોઈનેઝ અથવા ટી.પી.એ. જેવી જામેલા લોહીને ઓગળી શકતી દવા આપી શકાય.

વાંવા ઇ.સી.જી. નોંધાવાથી હૃદયોગના હુમલામાં થતી પ્રગતિ વિશે ડૉક્ટરને ખબ પડે. એની સાથે ટ્રોપોનિન અથવા સી.પી.કે. એન્ઝાઈમ જેવી લોહીની તપાસ કવામાં આવે છે કાણ એ પણ



એક દિવસ zkuõxh એક દર્દીના લેબોટી પોર્ટ જોઈ ચમક્યા. દર્દીનું કોલેસ્ટ્રોલ ખૂબ વધો હતું. બ્લડપ્રેશ પણ ખૂબ ઊંચું હતું., ડાયાબિટીસ બેકાબૂ હતો. zkuõxhu તત દર્દીનાં પત્નીને ફોન જોડ્યો, ‘તમા પતિના લેબ પોર્ટ આવી ગયા છે અને તે બહુ જ ખાબ છે. એમને મળતાં પહેલાં હું તમને એ કહેવા માંગું છું કે તમે માી સલાહનું પૂપૂ પાલન નહીં કો તો એ છ માસમાં ગુજી જશે.’

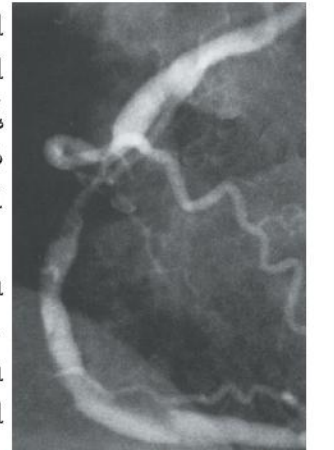
‘હું એમના માટે શું કું ડૉક્ટર?’ દર્દીનાં પત્નીએ પૂછ્યું.

‘એમની જિંદગીમાંથી તણાવના બધાં કાણો કાઢી નાંખો.’ zkuõxhu કહ્યું. ‘ઘ એકદમ ચોખ્ખુંાં. એમને માટે તણ વખત પોષ્ટિક સોઈ બનાવો અને ખૂબ પ્રેમ આપો.’

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

‘શું કહ્યું એમણે?’

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



૯૦ ટકા બંધ ધમની

હૃદયોગના હુમલાની પ્રગતિ વિશેનો આગસા આપે છે.

પ્રાથમી એન્જિયોપ્લાસ્ટી

જો દર્દીને સમયસ દાખલ કવામાં આવ્યો હોય તો હૃદયોગના હુમલાની સાવામાં સામાન્ય રીતે પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કવામાં આવે છે.

આ 'પ્રોસિજર'માં જાંઘની ધમનીમાં કાણું પાડીને તેમાં નાનકડા ફુગાવાળા કંથેટને

પસા કવામાં આવે છે. આ કંથેટને ત્યાંથી હૃદયની કોરોની ધમનીઓની અંદર પસા કવામાં આવે છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટીમાં જે કોરોની ધમની/ધમનીઓમાં અવોધ આવ્યો હોય, તેને તત જ ખોલી નાંખવામાં આવે છે. આ સાવાનો ફાયદો એ છે કે લોહીના પુવઘથી વંચિત હેવાના કાણે હૃદયના સ્નાયુમાં

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

હૃદયોગના હુમલા પછી તત જ એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવી એને દુનિયાભમાં હાર્ટ એટેકની સર્વશ્રેષ્ઠ સાવા તરીકે સ્વીકાવામાં આવી છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી અંગેનો નિર્ણય

હૃદયોગના હુમલામાં પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી એ શ્રેષ્ઠ સાવા છે ખી, પણ દર્દી, તેનાં પતિ/પત્ની અને સગાં-સંબંધીઓને કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કાવવી કે નહીં તેનો અતિશય અગત્યનો નિર્ણય લેવાનો હોય છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી જેવી મોટી હસ્તક્ષેપ ક્રિયા (Interventional Procedure) કવા માટે કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં હા'પાડવી કે નહિ એ નક્કી કવામાં કદાચ એક વાત મદદરૂપ બને. હૃદયોગના હુમલાના મોટાભાગના કિસ્સાઓમાં વહેલીમોટી કચોક તો તપાસ માટે એન્જિયોગ્રાફી કરવી જ પડે છે. એટલે એવું સમજવું કે કચોક એન્જિયોગ્રાફી કરીએ તેના બદલામાં તાત્કાલિક એન્જિયોગ્રાફી અને આવશ્યક લાગે તો એન્જિયોપ્લાસ્ટી કેમ ના કાવી લઈએ? તાત્કાલિક એન્જિયોગ્રાફી અને એન્જિયોપ્લાસ્ટી કાવવાથી હૃદયને ઓછામાં ઓછું નુકસાન પહોંચશે અને વધાનો ફાયદો મળશે.



એન્જિયોપ્લાસ્ટી પછી પૂંપી ખૂલી ધમની



તાત્પર્ય: તાત્કાલિક પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કાવી લેવી સલાહભર્યું છે.

પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી એવી હોસ્પિટલમાં જ થવી જોઈએ, જ્યાં સામાન્ય રીતે પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી થતી હોય. તેમજ અનેક પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવાનો અનુભવ ધાવતાં કુશળ હૃદયોગ નિષ્ણાત પાસે જ પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કાવવી જોઈએ.

થ્રોમ્બોલાઈસિસ (જામેલા લોહીને ઓગાળવાની ક્રિયા)

જે લોકો કોઈ પણ કાણસ પ્રાથમિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કાવી શકે તેમ ન હોય તેમનું શું? એવા સંજોગોમાં જામેલા લોહીના ગઠ્ઠાને ઓગાળી શકતા સ્ટ્રેપ્ટોકાઈનેઝ અને યુકાઈનેઝ જેવા એન્ઝાઈમ નસો વાટે આપવામાં આવે છે. આ એન્ઝાઈમ જામેલા લોહીને ઓગાળી શકે છે, પણ કમનસીબે તે ફક્ત 60 ટકા કિસ્સાઓમાં જ અસરકારક બને છે.

એક વખત આદર્શ સાવા શરૂ થઈ જાય, એટલે દર્દીનો જાન પ્રમાણમાં સુક્ષિત થઈ જાય છે.

હૃદયોગના હુમલા પછી બીજી બીમારીઓ લાગવાની શક્યતા હોય છે. સામાન્ય રીતે હૃદય નબળું પડી જવું, ફીથી હૃદયોગનો હુમલો આવવો, અથવા હૃદયના ધબકા અનિયમિત થઈ જવા (ઝીંધમિયા) વગેરે જેવી તકલીફોનો ઈલાજ તાત્કાલિક યોગ્ય સાવા મળવાથી થઈ શકે છે.

સ્વાસ્થ્ય સ્થિ થયા પછી દર્દીને આઈ.સી.સી.યુ.ની બહા લાવી શકાય છે. અને તેની હાલતને ધ્યાનમાં ખીને થોડા દિવસમાં જા આપી શકાય છે. પાછળથી પણ દર્દીને એન્જિયોગ્રાફીની જરૂર પડી શકે.

હૃદયોગના હુમલા પછી

હૃદયોગ નિષ્ણાતને દર્દીની સ્થિતિ સ્થિ લાગે એ પછી જ તેઓ દર્દીને ઘે મોકલે છે.

2-3 દિવસ સુધી આમ અને વિશ્રામ જહી છે. હૃદયોગના હુમલાની તીવ્રતાને ધ્યાનમાં લઈને ધીમે ધીમે દર્દી તેનાં િજબોજનાં કાર્યોની શરૂઆત કરી શકે અને કસત પણ કરી શકે. દર્દીને 7 થી 10 દિવસમાં ચાલવા અને થોડુંક કામ કરવા પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે.

હોસ્પિટલમાંથી જા મળ્યા પછી

નાહવા અને તૈયા થવા જેવાં બધાં જ અંગત કાર્યો જાતે કરી શકાય. તેમ છતાં, કદાચ જરૂર પડી શકે

તે વાત ધ્યાનમાં ખીને કોઈને નજીકમાં ખવું જોઈએ. સંગ્રસ કરવા માટે બેડપેન (પલંગ પ સૂતાં-સૂતાં સંગ્રસ કરવા માટેનું પાત્ર)નો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ, કાણ કે તે અગવડભર્યું છે

અને અસાધારણ સ્થિતિમાં મળ પસા કરવા માટે જો પાડે છે, અને



તેનાથી લોહીનું દબાણ વધી શકે. પલંગની નજીક બેઠકવાળું જાજર વાપરવું એ શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે. હોસ્પિટલમાંથી જ આખા પછી કમોડ (બેઠકવાળું જાજર) વાપરવું હિતાવહ છે. ઊભડક બેસવું પડે તેવું જાજર ઓછું વાપરવું જોઈએ.

જિંદગી ખોખ ૪૦મા વર્ષે શરૂ થાય છે. પણ કમનસીબે એ જ ઉંમે સંધિવા, હૃદયોગ અને પ્રોસ્ટેટની બિમારી વગેરે પણ શરૂ થાય છે!

એક અઠવાડિયા પછી

ડૉક્ટરનો અભિપ્રાય લીધા પછી થોડું થોડું ચાલી શકાય, અને ધીમે ધીમે અંત વધી શકાય (જેમ કે ચાલવાના અંતમાં ૧૦૪ 50 થી 100 મીટરનો વધો કી શકાય.) દાદા ચઢવાનું ચાલુ કો. શરૂઆત 2-3 દાદાથી કો. ભો વજન ન ઊંચકવું. જમ્યા પછી 2-3 કલાક સુધી કસત ન કરવી. હોસ્પિટલમાંથી જા મળે, તે પછીના લગભગ ચા અઠવાડિયામાં ધી ધી બધું કામ કી શકાય, પણ તે સમયગાળો હૃદયોગના હુમલાની તીવ્રતા ઉપ 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 કે છે અને તેને અનુભવ કરે છે.



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

સીમ્સ હોસ્પિટલ

“માં યોજના સ્કીમ” હેઠળ
કાર્ડિયાક દર્દીઓની સારવાર



Mukhyamantri Amrutum
મુખ્યમંત્રી અમૃતમ્
An Initiative of Health and Family Welfare Department

અમારી વિશ્વસનીય ટીમ નજીક ની
સજ્જ હોસ્પિટલ માં દર્દીઓની
એન્જિયોગ્રાફી અને એન્જિયોપ્લાસ્ટીની
સારવાર કરશે.



ડૉ. વિનીત શાંખલા
મો. +91 99250 15056

ડૉ. વિપુલ કપૂર
મો. +91 98240 99848

ડૉ. તેજસ વી. પટેલ
મો. +91 89203 05130

સીમ્સ હોસ્પિટલ મેડિકલ ટીમમાં નવા ડૉક્ટરનો સમાવિષ્ટ



ડૉ. પ્રશાંત પટેલ

MBBS, MS, DNB (Neuro Surgery), M.Ch (Neuro Surgery)

ન્યૂરો સર્જન

મો. +91 98254 55595

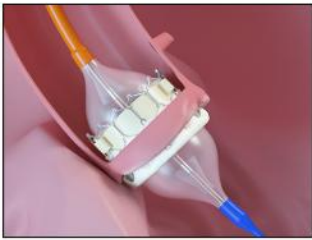
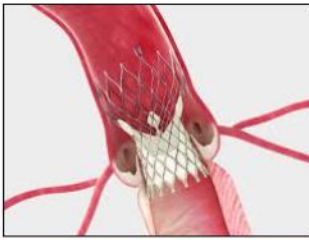
prashant.patel@cimshospital.org

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે સંપર્ક કરો : +91 98250 66661, +91-79-3010 1008

ભારત માંની અગ્રેસર હૃદયરોગ સારવાર ટીમ

9

TAVI

(ટ્રાન્સકેથેટર એઓર્ટિક
વાલ્વ ઇમ્પલાન્ટેશન)સર્જરી વગર રોગગ્રસ્ત
વાલ્વને બદલવાની પ્રક્રિયાBalloon Inflatable
(Hybrid) MyvalvSelf Expanding
(Supra-Annular) Evolut Valve

ગુજરાતમાં સૌથી વધારે

હોસ્પિટલમાં 100 % સફળતા સાથે

9

HEART TRANSPLANT
(હૃદય પ્રત્યારોપણ)માટે ગુજરાતનું સૌથી પ્રથમ અને
એક માત્ર કેન્દ્ર

સીમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા મેડીકલ કેમ્પ કરવામાં આવ્યા હતા

વર્લ્ડ ઓર્ગન દિવસ

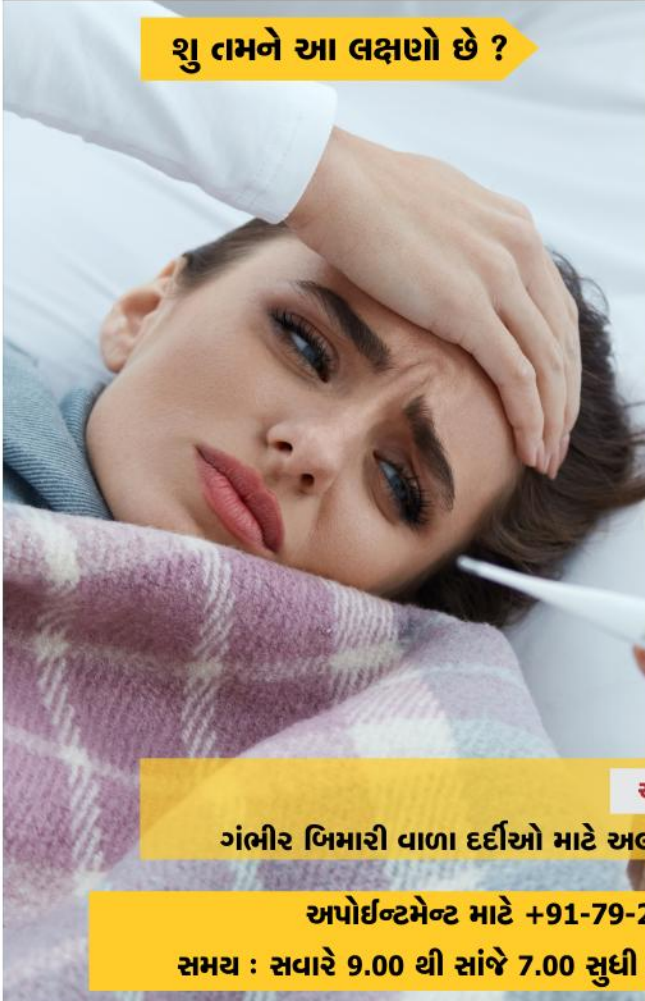
સીમ્સ હોસ્પિટલ - અમદાવાદના સંયુક્ત ઉપક્રમે આયોજીત,
ખ્યાતનામ ડૉક્ટર દ્વારા પરિસંવાદઅંગ દાન વિશે જાણો, સમજો અને સમજાવો
કરવામાં આવ્યો હતો

અંગદાન જાગૃતિ માટે - બાઈક રેલી

આવી જ રીતે તમારા ત્યાં મેડીકલ કેમ્પ કરવો હોય તો,
વધુ જાણકારી માટે સંપર્ક કરો : શ્રી કેતાન આચાર્ય - મો. +91-98251 08257

સીમ્સ ફીવર ક્લિનિક

શુ તમને આ લક્ષણો છે ?



ડેન્ગ્યુ

ડેન્ગ્યુ ના લક્ષણો

વધુ પડતો તાવ, સ્નાયુ અને સાંધામાં દુખાવો, ઝાડા અને ઉલ્ટી, ત્વચામાં ચકામા, આંખો માં અસહાય દુખાવો

મેલેરિયા

મેલેરિયા ના લક્ષણો

ઝાડા અને ઉલ્ટી, માથાનો દુખાવો, પેટનો દુખાવો, પરસેવો વળવો ઉબકા આવવા, વધારે પડતો તાવ, ઠંડી સાથે ધ્રુજરી આવવી

ચિકુનગુનીયા

ચિકુનગુનીયા ના લક્ષણો

તાવ, સ્નાયુ અને સાંધામાં દુખાવો, ઉબકા, માથાનો દુખાવો

સ્વાઈન ફ્લુના લક્ષણો

સ્વાઈન ફ્લુના લક્ષણો

વધુ પડતો તાવ, શરીર તુટવું, માથું દુખવું, શરદી અને ઉધરસ ગળામાં સખત દુખાવો, ઝાડા અને ઉલ્ટી, ઉબકા આવવા

અમે જીવન બચાવા માટે તાત્પર છીએ

આઈસોલેશન યુનિટ

ગંભીર બિમારી વાળા દર્દીઓ માટે અલગ થી આઈસોલેશન યુનિટ. અલગ રૂમ દરેક દર્દી માટે

અપોઈન્ટમેન્ટ માટે +91-79-2772 1008 | મોબાઈલ : +91-98250 66661

સમય : સવારે 9.00 થી સાંજે 7.00 સુધી (સોમ થી શનિ) | ઈમેલ : opd.rec@cimshospital.org



ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ - ૩૮૦૦૬૦
ફોન : +91-79-2772 2771-75 | ફેક્સ : +91-79-2771 2770
ઈમેલ : info@cims.org | www.cims.org



www.cims.org

CIMS Hospital

24 X 7 મેડીકલ હેલ્પલાઈન +91-70 69 00 00 00



CIMS
Foundation

સીમ્સ ફાઉન્ડેશનને આરોગ્યક્ષેત્રે વિવિધ સેવાઓ માટે ઈન્ડિયા હેલ્થ એન્ડ વેલનેસ કાઉન્સિલ (IHW), ન્યૂ દિલ્હી “CSR પ્રોજેક્ટ ઈમ્પેક્ટ એવોર્ડ અંતર્ગત હેલ્થ CSR પ્રોજેક્ટ કેટેગરીમાં ચેમ્પિયન ટ્રોફી એનાયત થયેલ 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-1731/2019-2021 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2021

Licence to Post Without Prepayment No. PMG/HQ/090/2019-2021 valid upto 31st December, 2021

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

‘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. : +૯૧-૭૯-૨૭૭૨ ૧૦૫૯/૧૦૬૦

સીમ્સ ઓબ્સ્ટેટ્રિક્સ અને ગાયનેકોલોજી

મને જોઈએ સર્વશ્રેષ્ઠ,
મારી પત્ની અને અમારી આવનારી ખુશી માટે

હાઈ રિસ્ક પ્રેગ્નેન્સી ક્લિનિક

સુરક્ષિત પ્રસૂતિ

શ્રેષ્ઠ ડૉક્ટરોની ટીમ



અપોઈન્ટમેન્ટ માટે +91-79-2772 1008 | મોબાઈલ : +91-98250 66661

સમય : સવારે 9.00 થી સાંજે 7.00 સુધી (સોમ થી શનિ) | ઇમેલ : opd.rec@cimshospital.org

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદ્રાણાએ 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.