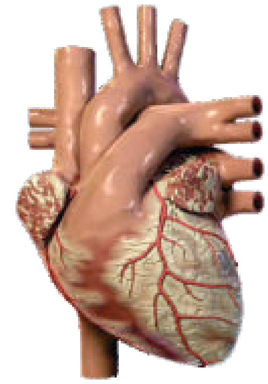
મારું હૃદય



વર્ષ-૯, અંક-૯૭, ૧૫ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૮

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

Price ₹ 5/-

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 ચંદ્રારાણા +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 ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજીસ્ટ

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

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)

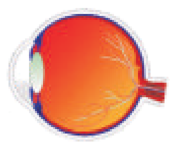
લોહીનું દબાણ એટલે જે જોરથી લોહી રક્તવાહિનીઓની દીવાલ તરફ ધકેલાય છે, તે. તેનાં બે મૂલ્યો હોય છે –સિસ્ટોલિક અથવા ઉપરનું દબાણ ૧૨૦ મિ.મિ. મર્ક્યુરી હોવું જોઈએ અને ડાયાસ્ટોલિક અથવા નીચેનું દબાણ ૮૦ મિ.મિ. મર્ક્યુરી હોવું જોઈએ. આ

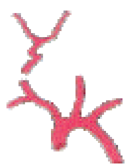
મૂલ્યોને ૧૨૦/૮૦ તરીકે લખાય છે.

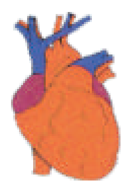
લોહીના દબાણનાં આનાથી વધારે મૂલ્યો હોય, એટલે કે લોહીનું દબાણ ૧૪૦/૯૦ કરતા વધારે હોય તો તેને હાઇપરટૅન્શન અથવા હાઇ બ્લડપ્રેશર (એચ.બી.પી.) કહેવાય છે. તેનો અર્થ એ છે કે તમારી ધમનીઓમાં લોહીનું દબાણ સતતપણે સામાન્ય કરતાં વધારે રહે છે અને તેનો ઇલાજ પરેજી તેમજ દવા વડે થવો જોઈએ.

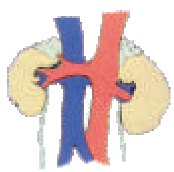
સ્વસ્થ વ્યક્તિમાં પણ લોહીનું દબાણ ચોક્કસ ૧૨૦/૮૦ હોવું જરૂરી નથી. તમારાં કામ અને સંવેદનાઓમાં થતાં ફેરફાર મુજબ દર મિનિટે દબાણ બદલાતું રહે છે. સામાન્ય સ્વસ્થ વ્યક્તિઓમાં પણ દાદર ચડવાથી, ગુસ્સો કરવાથી, કસરત કરવાથી તથા અન્ય કાર્યોથી લોહીનું દબાણ વધી જતું હોય છે.

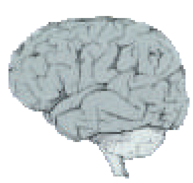
લોહીના ઊંચા દબાણથી નીચેના અવયવોને નુકસાન પહોંચી શકે.


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 ડોકટર્સ

ડૉ. અભિનવ જૈન
MD, DM
ગેસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજીસ્ટ, હેપાટોલોજીસ્ટ અને એન્ડોસ્કોપીસ્ટ
(મો) +૯૧-૭૬૬૬૩ ૭૩૨૮૮
abhinav.jain@cimshospital.org

ડૉ. અંકિતા મીઢા
BDS, MDS
Cleft, Facio-Maxilliary and Aesthetic Surgeon
(મો) +૯૧-૮૪૬૯૬ ૪૪૦૮૯
ankita.midha@cimshospital.org

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

CIMS HOSPITAL

સીમ્સ ડેન્ટીસ્ટ્રી દાંતનો સડો(પોલાણ) જાગૃતિ પ્રોગ્રામ

૧૦ માંથી ૭ લોકો ભારતમાં દાંતના સડાથી પીડાય છે.

દાંતનો સડો (પોલાણ) એ વિશ્વમાં સૌથી સામાન્ય રોગ છે.

જાન્યુઆરી ૦૧,૨૦૧૮ થી માર્ચ ૩૧,૨૦૧૮

શું તમને કેવીટી (દાંતનો સડો) છે?

ફ્રી કેવીટી ચેકઅપ માટે સવારે ૧૦:૦૦ થી સાંજે ૦૭:૦૦ મા મુલાકાત લો.

✗ જો કેવીટી નથી (ચોકકસ ઇનામ)   ✓ જો કેવીટી છે (આકર્ષક ઇનામ)

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +91-79-3010 1119, 3010 1120 | મોબાઈલ : +91-98250 66661

સમય : સવારે 09:00 થી સાંજે 07:00 સુધી | ઈમેલ : opd.rec@cimshospital.org

માનનીય મુખ્યમંત્રી શ્રી વિજય રૂપાણી, ગુજરાત
JIC 2018ની કોન્ફરન્સમાં સીમ્સ હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ દ્વારા પ્રાપ્તકર્તાઓ અને દાતાઓ માટે ખાસ સમારંભ યોજવામાં આવેલ હતો

ગુજરાત પહેલી સીમ્સ હોસ્પિટલ જેમાં એક વર્ષમાં
૪ હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ (હૃદય પ્રત્યારોપણ)
૧૦૦ % સફળતાપૂર્વક કરવામાં આવ્યા છે.

JIC 2018
Joint International Conference
January 5-7, 2018

"સીમ્સ હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ"ના દરેક સભ્યોને તથા સીમ્સ ટીમ અને
તેમાં સતત કાર્ય કરતા મેડીકલ સભ્યોને આભાર.

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

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

CIMS

કાર્ડિયો-ઓન્કોલોજી

તમે જાણો છો ?

કેન્સરની સારવાર થી હૃદય પર અસર થઈ શકે છે.

તમારૂ અસ્વસ્થ હૃદય કેન્સરની સારવારના વિકલ્પો ઓછા કરી શકે છે.

સ્વસ્થ હૃદય કેન્સરની જંગ જીતવા માટે જરૂરી છે.

હૃદયના દર્દીઓને નીચે જણાવેલ લક્ષણો ધરાવતા હોય તેને કાર્ડિયો ઓન્કો ની તપાસ કરાવવી જરૂરી છે.

હૃદયને નુકશાન કર્યા વગર કેન્સરની સારવાર પૂર્ણ કરો

એક નવો પ્રોગ્રામ (કાર્યક્રમ) શરૂ કરી રહ્યા છીએ

- લાબાં સમયના ચાંદાઓ / મોઢાના પોલાણ વાળી જગ્યામાં ન મટતા ચાંદાઓ; શરીરના કોઈપણ ભાગમાં ન મટતા ઘા/ચાંદાઓ
- તમાકુ ચાવવુ, ધુમ્રપાન તથા દારૂનું સેવનની આદતો
- આંતરડા અથવા મૂત્રાશયમાં વિશેષતાઓમાં નોંધપાત્ર ફેરફાર
- અસામાન્ય રીતે લોહી વહેવું તથા શરીરના કોઈપણ ભાગ માંથી લોહી નીકળવું જેમ કે મેનોપોઝ પછી લોહી વહેવું, યોનિમાર્ગ માંથી લોહી વહેવું, પેશાબમાં લોહી આવવું, લોહીની ઊલટી, વગેરે
- સ્તનમાં ગાંઠ થવો અથવા શરીરના અન્ય ભાગમાં
- ખોરાક ગળવામાં કે પાચનમાં તકલીફ
- સામાન્ય ખોરાક દરમ્યાન વજન ઉતરવું
- સતત આવતી ઉધરસ
- મસા અથવા તલમાં સ્પષ્ટ / અસામાન્ય ફેરફાર

સીમ્સ કાર્ડિયો-ઓન્કોલોજી

સેવામાં તત્પર મલ્ટી ડીસીપ્લીનરી ડૉક્ટરની ટીમ (કાર્ડિયાક - કેન્સર સ્પેશ્યાલીસ્ટ, નર્સ, ફિઝીયોથેરાપીસ્ટ)

કાર્ડિયો ઓન્કો (પુરુષ અને સ્ત્રી) માટે હેલ્થ ચેક-અપ પેકેજ

એપોઈમેન્ટ માટે +91-79-3010 2116 ઈમેલ : health.checkup@cimshospital.org

સીમ્સ ફેર્ટિલીટી સેન્ટર

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં સૌથી વધારે અનુભવ ધરાવતી અને સફળતાવાળી ગુજરાતમાં એક એવી આઈવીએફ ટીમને અમે આવકાર્ય છીએ.

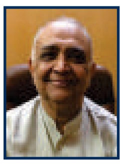
ગુજરાતમાં અગ્રણી આઈવીએફ

૧૦,૦૦૦ થી વધારે પ્રેગનેન્શી આઈવીએફ દ્વારા

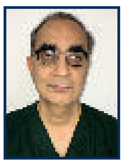
૩૦ થી વધારે દેશોમાં દર્દીઓની સારવાર

૩૦ વર્ષ થી વધારે અનુભવ ધરાવતી ટીમ

આઈવીએફ ટીમ



ડૉ. અજીત રાવલ
MD (Obst. & Gynaec), DGO
આઈવીએફ સ્પેશ્યાલીટી
મો. +91 84698 38456
ajit.rawal@cimshospital.org



ડૉ. તુષાર શાહ
MBBS, DGO, MD (Obst. & Gynaec)
આઈવીએફ સ્પેશ્યાલીટી
મો. +91 98250 07667
tushar.shah@cimshospital.org

ડૉ. મેહુલ દામાણી
MBBS, MD (Obst. & Gynaec)
આઈવીએફ સ્પેશ્યાલીટી
મો. +91 98250 50020
mehul.damani@cimshospital.org

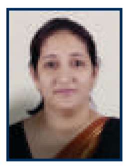
ડૉ. ધર્મેશ કાપડીયા
Master of Clinical Embryologist, MBBS
એમ્બ્રીઆલજી
મો. +91 98790 30295
dharmesh.kapadia@cimshospital.org

ડૉ. કૌશલ્યા ફોફંડી
MBBS
આઈવીએફ સ્પેશ્યાલીટી
મો. +91 70166 76327
kaushalya.fofandi@cimshospital.org

ઓબ્સ્ટ્રેટ્રીક, ગાયનેકોલોજી અને ફિટલ મેડીસીન

ડૉ. સ્નેહા બક્ષી
MBBS, MD (Obst. & Gynaec)
ગાયનેકોલોજીસ્ટ
મો. +91 98255 07370
sneha.baxi@cimshospital.org

ડૉ. દેવાંગ પટેલ
MBBS, MD(Obst. & Gynaec), FNB
ફેટો-મટેર્નલ મેડીસીન,
હાઈ રીસ્ક પ્રેગનેન્સી સ્પેશ્યાલીસ્ટ
મો. +91 98256 88956
devang.patel@cimshospital.org



ડૉ. પૂર્ણા પટેલ
MBBS, MD (Obst. & Gynaec)
ગાયનેકોલોજીસ્ટ
મો. +91 98796 12157
purna.patel@cimshospital.org

આઈવીએફ હેલ્પલાઈન +91 75 75 02 28 22　**24 X 7 મેડીકલ હેલ્પલાઈન +91 75 75 02 28 22**

www.cims.org

"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*

સ્વાસ્થ્ય વિશે જાણો : નવી હેલ્થ (સ્વાસ્થ્ય) એજ્યુકેશન શ્રેણી

બધા જ રોગો અને સારવાર વિશે

Google ગૂગલ પર

YOUTUBE CIMS HOSPITAL

સર્ચ કરીને સબસ્ક્રાઈબ કરો

અથવા

cims.tv સર્ચ કરીને સબસ્ક્રાઈબ કરો

SUBSCRIBE

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 કર્યુ.

JCI (USA) NABH NABL ACC GreenOT