

# મારું હદય

વર્ષ-૬, અંક-૧૦૩, ૧૫ જૂનાઈ, ૨૦૧૮



**CIMS<sup>®</sup>**  
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES  
Earning Trust with World-Class Practices

Price ₹ 5/-

## ક્રાઇવોજીલ્સ

ગે. સત્ય ગુપ્તા	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૪૪૭૮૦
ગે. વિનીત સાંપુણ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૧૪૦૪૬
ગે. વિજય ક્રૂર	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૮૮૮૮૨
ગે. તેજશ વી. પટેલ	+૯૧-૮૮૨૦૩ ૦૪૯૩૦
ગે. ગુણવંત પટેલ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૯૨૨૬૬
ગે. કૃષ્ણ પટેલ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૨૬૭૭૮
ગે. મિલન ચગ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
ગે. રમેશ શાહ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૬૬૭૮૮
ગે. એમંય બળી	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૩૦૧૧૧
ગે. અનિશ ચંદ્રાણા	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૯૯૬૨૨
ગે. અધ્યય નાહિ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૮૨૬૬૬

## ક્રાઇવીક સર્જન

ગે. વીરેન શાહ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૭૪૬૩૩
ગે. ધર્મ નાહિ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૧૧૧૩૩
ગે. અમિત ચંદ	+૯૧-૮૮૭૬૦ ૧૪૦૫૭

## પીડિયોટીક અને ડાયાફરસ હર્ટ સર્જન

ગે. શાનક શાહ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૪૪૫૦૨
--------------	-----------------

## ક્રાઇવીકાસ્ક્રુલર, થોરાકીક અને થોયાકોસ્કોપીક સર્જન

ગે. પ્રથમ મોદી	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૮૪૭૦૦
----------------	-----------------

## ક્રાઇવીક અનેન્ટોલીસ

ગે. વિનીત શેઠ	+૯૧-૮૮૨૩૨ ૦૪૪૪૪
ગે. નિરેન માયાર	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૩૮૮૧૭
ગે. લિલેન થાંગિયા	+૯૧-૮૪૦૯૩ ૭૪૬૧૮

## પીડિયોટીક ક્રાઇવોજીલ્સ

ગે. ક્રષ્ણ શેઠ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૧૨૨૮૮
ગે. ડિલ્યુસ માયારા	+૯૧-૮૮૨૩૨ ૩૮૮૮૦
ગે. મિલન ચગ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭

## નીચોનેનોલોજીસ અને પીડિયોટીક ઇન્નેનોલોજીસ

ગે. અમિત ચંદ્રાણા	+૯૧-૮૮૭૬૦ ૧૪૦૫૭
-------------------	-----------------

## ક્રાઇવીક ઇલેક્ટ્રોકલ્િયોલોજીસ

ગે. અધ્યય નાહિ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૮૨૬૬૬
----------------	-----------------

ગે. વિનીત સાંપુણ	+૯૧-૮૮૨૪૦ ૧૪૦૪૬
------------------	-----------------

## કોલેસ્ટ્રોલ

કોલેસ્ટ્રોલ તમારા શરીરમાંનું એક ચરબીયુક્ત અને આવશ્યક તત્ત્વ છે. ઓઝ શરીરને મદદરૂપ થાય છે પણ વધુ પ્રમાણમાં એ લાનીકરક હોય છે. હોમોન્સને અને જ્ઞાનતંત્રમાંને કોલેસ્ટ્રોલ જરૂરી ગણાય છે.

‘કોલેસ્ટ્રોલ’ શબ્દ લેટિન ભાષાનો છે. એના બે ભાગ છે : ‘કોલે’ એટલે પિત અને ‘સ્ટ્રોલ’ એટલે બેંધોની જાણાથી તમારું શરીર ઘસ્તાય,



જ્યારે કોલેસ્ટ્રોલ વધુ પડતું હોય ત્યારે રક્તવાહિનીઓની દીવાલો જારી થવાથી હાર્ટ એટેક આવે છે.

કોલેસ્ટ્રોલના પ્રકાર

કોલેસ્ટ્રોલના અનેક ઘટક હોય છે જેમાંના સૌથી અગત્યાના નીચે દર્શાવ્યા છે.

ટોટલ કોલેસ્ટ્રોલ	TC	Total Cholesterol
એચ.ડી.એલ	HDL	High Density Lipoprotein Cholesterol
એલ.ડી.એલ	LDL	Low Density Lipoprotein Cholesterol
ટ્રાગલિબરાઇડ	TG	Triglyceride
વી.એલ.ડી.એલ	VLDL	Very Low Density Lipoprotein Cholesterol

ઉપરોક્ત પાંચ પ્રકારના કોલેસ્ટ્રોલમાંથી બે મુખ્ય પ્રકાર હોય છે. એક પ્રકાર છે HDL અથવા ‘સાંકુ’ કોલેસ્ટ્રોલ. બીજો પ્રકાર છે LDL અથવા ‘ખરાબ’ કોલેસ્ટ્રોલ.

હદયરોગને અટકવામાં અને તમારા શરીરમાંથી ખરાબ



કોલેસ્ટ્રોલ ઓછું કરવામાં HDL (એચ.ડી.ઓલ) મદદ કરે છે.

LDL કોલેસ્ટ્રોલ તમારા રક્તવાહિનીઓની અંદર ચરબી જમાવે છે. LDL વધુ માત્રામાં હોય ત્યારે તમને હદ્યરોગ થવાની શક્યતા વધી જાય. એટલે તમારું HDL વધુ હોવું જોઈએ અને તમારું LDL ઓછું હોવું જોઈએ એ ખૂબ જ અગત્યનું છે. HDL તમારી રક્તવાહિનીમાંથી ચરબી સાંચ કરે છે

## ભારતીય લોકોનાં કોલેસ્ટ્રોલનું માપદંડ

ભારતીય લોકોને હદ્યરોગ થવાની શક્યતા દુનિયાનાં બાકી બધા લોકો કરતા વધારે હોય છે. એટલે અમેરિકા અથવા ઈંગ્લેઝ વિશે દેશોમાં કોલેસ્ટ્રોલનું જે માપદંડ વપરાય છે એના કરતા ભારતીય લોકોમાં કોલેસ્ટ્રોલનું માપદંડ વધુ કડક રાખવું જોઈએ.

એટલે બીજા દેશોમાં વપરાત્તા આદર્શ કોલેસ્ટ્રોલની માત્રાના કોઈ ભારતીય લોકો માટે આદર્શ રહેતા નથી. ભારતીય લોકો માટે આદર્શ કોલેસ્ટ્રોલની માત્રાઓ આ પ્રમાણે છે:

- જો તમારું HDL ૭૦ અથવા વધુ હોય તો તે તંદુરસ્ત છે અને ૪૦થી ઓછું હોય તે હનિકારક કહેવાય.
- મોટાભાગના તંદુરસ્ત લોકો માટે LDLની આદર્શ માત્રા ૧૦૦થી ઓછી સૂચવાય છે.
- જો તમને હદ્યરોગ થવાનું જોખમ વધારે



- હોય, તો તમારા ડૉક્ટર ૧૦૦થી ઓછું LDL સૂચવશે.
- જો તમને હદ્યરોગ, ડાયાબિટીસ અથવા અમૃક બીજા રોગ હોય તો તમારે ૭૦થી ઓછું LDL રાખવું જોઈએ.

**લોકીમાંનું કોલેસ્ટ્રોલ માપાવાની જરૂરી રીત:** ઘરે પૂરી, સામોસા, ગુલાਬજાંબુ, માંજપુઞ્ચ વગેરે દર અંદરાડિયે જે ટલી વખત બને તેને ૧૦થી ગુણો એટલે મણે કોલેસ્ટ્રોલનો આંક!

## કોલેસ્ટ્રોલ કેવી રીતે ઘટાડી શકાય?

મોટે ભાગે યોગ્ય ખોરાક, દવા અને કસરતન દ્વારા તમારા કોલેસ્ટ્રોલનું નિયંત્રણ થઈ શકે. ફળો, શાકભાજી, કઠોળ દરરોજ વધુ પ્રમાણમાં ખાઓ. ઓછા તેલયુક્ત આહાર લો. માખણ અને માંસમાં હોય તેવા 'સેચ્યુરેટ' ફંક્શની દૂર રહો. સુર્ખમુખી, કાપસિયા, મગફળી અથવા કેનોલાનું તેલ વાપરો પણ ખૂબ ઓછા પ્રમાણમાં. કોપરેલથી દૂર રહો. માંસાહારી હોતો, લાલ માંસ વધુ ખાવાને બદલે ચીકન અને માછલી ખાઓ.

ચરબી અને કોલેસ્ટ્રોલ તપાસવા કૂડ લેબલ્સ વાંચો. ચીકન રાંધતા પહેલાં એની ચરબીયુક્ત ચામડી ઉતારો.

સમગ્ર ઈંડાને બદલે ઈંડાનો સંકેદ ભાગ વાપરો. મલાઈયુક્ત દૂધને બદલે મલાઈ તારવી લાંબે દૂધ પીઓ. સામાન્ય ચીજને બદલે યોગર્ટ (દહી), કોટેજ ચીજ (પનીર) લો, કારણ કે તેમાં નહિવત અથવા ઓછા ચરબી હોય છે.

તમારા ડૉક્ટરની સલાહથી

એક મથ્યમ વન્યી સ્વીને હાઈ એટેક આયો. તેને ડાયાસિટેટમાં દાખલ કરો. ડૉક્ટરાંઓ હવાજ શરૂ કર્યો પણ બહનાની લાલત ખૂબ જ નગડી. તેમને ભાગવાન ચાદ દેણાયા.

'ભગવાન, હું જીવણ કે મરીએ?' બહને પૂર્ણ.

'તમને બીજોં ૪૨ વર્ષની જિંડારી છે, તમે કોઈપણ જાતીની જિતન ન કરો...' બહનને ભગવાનની ચાંદી વાતથી નહીં સાંકે લાગ્યું અને તે સાર્થી ચચ્ચે માત્રાની. એ જ ડાયાસિટેટમાં પ્લાસ્ટિક સર્જની વિનાગ ઢાંચે. બીજોં ૪૨ વર્ષ જીવનું છે તે થાડો જર્ય કરીને સારા કોઈએ અને વિચિત્રાને બહને ત્યા ચહેરાની કરવાની કાલીયા, પેટ ઓછું કરાયી લાગ્યું અને નવા વાળ નાખાયો એના રેગ પણ બદલાયો. સાજા થઈ તે ધેર જાય નિર્માણ, પણ રસ્તો ઓંગરા જતા એક ખટાચાંબે તેમને ટક્કર મારી ખલાય કરી નાખાયા.

'પણ ભગવાન તમે તો કરું હતું બીજોં ૪૨ વર્ષ જીવણે!' બહને રિસાઈને પૂર્ણ.

'મેં તમને ઓળણા'



જરૂરી કસરત કરો. એનાથી એચ.ડી.એલ. કાલેસ્ટેરોલ  
વધશે. તમે તરો, દોડો, ચાલો અથવા સાઈકલ ચલાવો. તમારે  
દરરોજ ઓછામાં ઓછી 30-40 મિનિટ કસરત કરવી  
જરૂરી છે.

‘ઉચ્ચ કોલેસ્ટેરોલ’ તમારા પરિવારની વારસાગત બીમારી હોઈ શકે. તમારા પરિવારમાં હદ્યરોગની બીમારી હંગ તો તેની તમારા ડૉક્ટરને જાણ કરો.	રેશિયોનો પ્રકાર	આદર્શ મુખ્ય શી.સી./ એલ.ડી.એલ.	૩.૫ કરતાં ઓછું
--	--------------------	-------------------------------------	-------------------

૩૫ વરસની ઉંમર પછી દર વર્ષે તમારું કોલેસ્ટ્રોલ તપાસતા રહો.

## વિવિધ પ્રકારના કોલેસ્ટેરોલનાં મૂલ્યો

તોલીમાં ટોટલ કારોબરોલ (ડી.સી)	વર્કિંગરણ
૧૯૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓફિન્ઝુન્ઝ	ખૂબ સરસ
૨૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓફિન્ઝુન્ઝ	સામાન્ય
૨૦૦-૨૩૮ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. સામાન્ય કરતાં વધારે	
૨૪૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું

સેલ. ડી. સેલ કોરેસ્ટરોલની માગા	વર્ગકરણ
૭૦ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ. કરતાં ઓછું	ખૂબ સરસ
૧૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ. કરતાં ઓછું	સામાન્ય
૧૦૦ - ૧૨૫ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ.	સામાન્યથી સહેજ વધારે
૧૩૦ - ૧૪૫ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ.	સામાન્યથી વધારે
૧૫૦ - ૧૮૫ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ.	ઊંચું
૧૯૦ મિ.ગ્રા./ડી.સેલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું

શેર્ય. ડી. શેર્લ કોલેજને રોલની માગ્રા	વર્ગિકરણ
૪૦ મિ.ગ્રા. /ડી.સે.લ. કરતાં ઓફિશ્યલ	નીચું (ભરાબ)
૫૦ મિ.ગ્રા. /ડી.સે.લ થી વધારે	ઊંચા (સારુ)

દ્રાઇવિસરોડની માત્રા	વર્ગકરણ
૧૫૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓટ્ટું	સામાન્ય
૧૫૦-૧૮૮ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	કિનારી પરનું ઊંચું
૨૦૦-૪૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	ઊંચું
૪૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું



કોલેક્ટરોલ

કોલેસ્ટ્રોલ એટલે શાંતિ

◆ કોલેક્ટરોનું એક પ્રકારની ચરણી છે એ તમારા લોહીમાં રહેતી છે.  
કોલેક્ટરોની માઝા ખૂલ્યું વાદી યાઓ તો તેવાણી તમારી ધમતીઓને  
અપયોગિત કરી શકે છે આને હાટ એટેક અને સ્ટ્રોકનું જોખમ  
દરાવી શકે રહ્યે

એલીડીઓલ અને એટા કે “ભરાણ” + કોલેસ્ટ્રોલ અને યાદી એલ એટા કે “નાની” + ડિગ્લાઇઝેરાઈડ 5 = ટોટલ કોલેસ્ટ્રોલ

હાઈ કોલેચનના કારણો શં છ



ખોરાક માટેની સલાહ

**✓ आ जोड़े पाएँ जो**  
अंतर्कालों में बहुत सारी व्यापारों  
में अप्रैल, अगस्त, अक्टूबर  
अंतर्कालों अन्त किसानोंसे लोटु  
दरकार व्यापार करते हैं। इन्हाँ व्यापारों  
में तो नहीं बाधा, तांत्र आ जोड़े  
जाएँ जो उन्होंने लिया है।

**✗ लेटरियल व्यापार**  
इस व्यापार में, बर्तनों भूमि भाग, बिरुद्दी, चौपाई  
देखी जिमानी, निष्पाई जैसे तो नाना व्या-  
पारोंसे लेटरियल व्यापार  
एवं नाना व्यापार की पूर्ण विवरणों  
सही व्यापारी की विवरणों  
से लेटरियल व्यापार की विवरणों  
से लेटरियल व्यापार की विवरणों

आनी सारवार

વજન ધરા  
અને  
સ્વરસ્થ વિ



એ ખોરાક ખાઓ જે  
સ્વસ્થ્ય અને તંદુરસ્તા રે



Courtesy

જ્યારે ઈમરજન્સી હોય, ત્યારે સીમ્સ જ

ઈમરજન્સી : +91-97234 50000 | એમ્યુલન્સ : +91-98244 50000

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਨੰਬਰ : +91-70 69 00 00 00

**CHMG®**

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







CIMS  
HOSPITAL

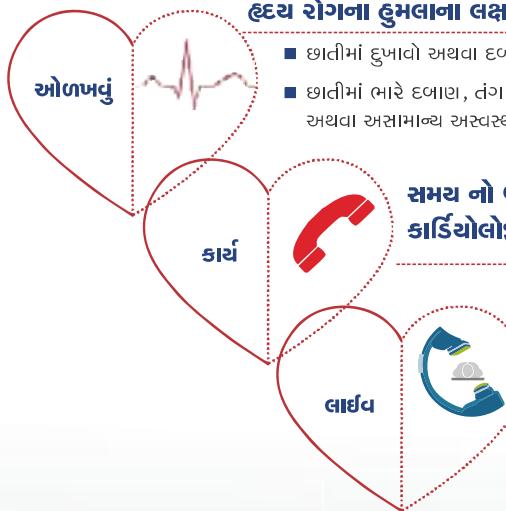
# સીમ્સ્ સ્ટેમી હાર્ટ એટેક પ્રોગ્રામ



જડપી સારવાર માટે

તમારી પાસે ૬૦ મિનિટ છે !

## હદ્ય રોગના હુમલાના લક્ષણો



- છાતીમાં દુઃખાવો અથવા દબાણ
- છાતીમાં ભારે દબાણ, તંગ સ્થિતિ અથવા અસામાન્ય અસ્વસ્થા
- હાંફ ચટવો
- પરસેવો થવો
- ઉંબકા અને ઉંલ્લી આવવી

સમય નો બગાડ કર્યા વગર ટાઈલિક  
કાર્ડિયોલોજીસ્ટ ને / હોસ્પિટલ માં તરતા જ શેન કરો

શીધ સારવાર મેળવો  
૬૦ મિનિટ માં

ગુજરાતમાં  
એકમાત્ર



ACC  
International  
Centers  
of Excellence

અમેરિકન કોલેજ ઓફ કાર્ડિયોલોજી (ACC) (યિથની ઉચ્ચતામ સંસ્થા) પ્રમાણિકા કરે છે  
ઉચ્ચ ધોરણો માટે ભારતના એક માત્ર કેન્દ્રો તળીની વ્યવહાર અને  
ગુણવત્તા કાર્ડિયોવાક્યુલર સંભાળ પૂરી પાડવા માટે સામર્પણ

24 X 7 હેલ્પલાઇન +91-70 69 00 00 00



સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુક્ર મેડિસિન્સ નગરુક, ઓદાંસુના ચીટી રોડ, સોલા,  
અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦. ફોન : +૯૧-૯૮-૨૬૭૧ ૨૭૦૧-૦૫  
ઈમેલ : [info@cims.org](mailto:info@cims.org) | [www.cims.org](http://www.cims.org)



ગોરુલાંબ : +૯૧-૯૮૨૪૪ ૫૦૦૦૦ | ઇમરજન્સી : +૯૧-૯૮૨૩૪ ૫૦૦૦૦



[www.cims.org](http://www.cims.org)





# સીમ્સ જિનેટિક્સ

આજે જ કરાવો  
આનુવંશિક  
રોગોનું નિદાન

## જિનેટિક્સ શું છે ?

આનુવંશિક જનીનોની વારસાગત ઉત્પત્તિનો અભ્યાસ છે.

આ જનીનોમાં રોગ અને વિઝુલિયોનું જોખમ રહે છે જે આગામ પસાર થઈ શકે છે

નિષાંત જિનેટિક કન્સલ્ટેશન (જિનેટિકના નિષાંત ડોક્ટરો સાથે પરામર્શ) અને એડવાન્સ ડાયગ્નોસ્ટિક (આધુનિક નિદાન પદ્ધતિ)ની ખવલતો પૂરી પાડનું સ્ટેટ-એક્સિધ-આર્ટ જિનેટિક્સ ડિપાર્ટમેન્ટ

### ઓન્કોલોજી

જો તમને કે તમારા કોઈ સગા-સંબંધી ફેસ્ટ (સ્ટેનનું) કેન્સર/ઓન્કોરીથ્યન (અંડાશયનું) કેન્સર / કોલોન (મોટા અંતરડાનું) કેન્સરથી પીડાતા હોય

### પીડિયાટ્રિક અને એડલ્ મેડિસિન

ડેવલપમેન્ટલ ડીલે (વિકાસલક્ષી વિલંબ) / ડિસેલીલીટી (અંગેતા), મેન્ટલ રિટાઇંશન(માનસિક મંદટા), અભાણી મેડિકલ કન્ડિશન, પરિવારમાં થતી અકાળ મૃત્યુ, જભાત ખોડાપણાં

### ઓફ્સ્ટેટ્રિક્સ

- જે દંપતીનું પ્રથમ બાળક ડેવલપમેન્ટલ ડીલે (વિકાસલક્ષી વિલંબ) / મરકચુલર ડિસ્ટ્રોફી (રોગોનું જૂથ જે સ્નાયુઓની પ્રગતિશીલ નન્દાએ અને તેમના સામૂહિક નુકસાનનું કરાણ બને છે) થી પીડાતું હોય.
- અદ્યરાત્રોનોંગ ડિના તારણો / બ્લડ ટેસ્ટ્સ (રક્ત પરીક્ષણ) જબ વખતની જટિલતાઓના જોખમો અથવા જભાત ખોડાપણોનો વધારો દર્શાવે છે



## સ્વતંત્રતા દિવસ ના નિમિતો સીમ્સ હોસ્પિટલ

જાહેર કરે છે

અગસ્ટ 15 થી 31, 2018

check@1947

(માત્ર ₹ 1,947/-)

(હેલ્પ ચેક-અપ પ્લાન પર ખાસ ડિસ્કાઉન્ટ )

સીબીડી + ઈએસેઆર | ગુરીના આર.રેમે | આરલીએસ/એક્ફબીએસ એસ. ક્રિએટાઈનિન | એસજીપીટી | લિપીડ પ્રોફેશનલ | ઈસીજી ઈકો/ટીએમટી | ડોક્ટર કન્સલટેશન

માત્ર એપોઈન્ટમેન્ટ દ્વારા જ  
ફોન કરો +91-79-3010 2116



સીમ્સ હોસ્પિટલ, ઓફ ડાયગ્નોસ્ટિક કેન્સર, ગોલા,  
અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦. સેન : +91-79-2771 2771-75  
ઈમેલ : [info@cims.org](mailto:info@cims.org) | [www.cims.org](http://www.cims.org)

24 x 7 મેડિકલ હેલ્પાઈન : +91-7069000000 | એમ્બ્યુલન્સ : +91-98244 50000 | ઇમરજન્સી : +91- 97234 50000





World Hepatitis Day  
Saturday, 28 July 2018



CIMS  
HOSPITAL

## સીમ્સ હીપેટાઈટિસ સપ્લાઇ

જુલાઈ 23-28, 2018

હીપેટાઈટિસ થી દર વર્ષ આશરે ૧.૩ મિલિયન લોકો મૃત્યુ પામે છે.



નિઃશુદ્ધ

હીપેટાઈટિસ-બી માટે જલડ ટેસ્ટ અને  
ગોસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજી કન્સલ્ટેશન

પ્રથમ ૫૦૦ દર્દીઓ માટે રૂ

તપાસ કરવાનો સમય : સવારે ૧૦ થી સાંજે ૫ વાગ્યા સુધી

ગોસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજી કન્સલ્ટેશન્સ

ડૉ. ભાવેશ ઠક્કર | ડૉ. અભિનવ જૈન



સીમ્સ હોસ્પિટલ, આંક સાયન્સ સીડી રોડ, સોલા,  
અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦. ફોન : +91-79-2771 2771-75  
ઈમેલ : [info@cims.org](mailto:info@cims.org) | [www.cims.org](http://www.cims.org)



24 x 7 મેડિકલ હેલ્પલાઈન : +91-7069000000 | ચોર્પુલન્સ : +91-98244 50000 | ઇમરજન્સી : +91- 97234 50000



"Maru Hriday" Registered under RNI No. GUJGUJ/2009/28044

Published 15<sup>th</sup> of every month

Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 22<sup>nd</sup> to 27<sup>th</sup> of every month under

Postal Registration No. GAMC-1731/2016-2018 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31<sup>st</sup> December, 2018

Licence to Post Without Prepayment No. CPMG/GJ/101/2016-2018 valid upto 31<sup>st</sup> 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

'મારુ હૃદય' નો અંક મેળવવા અંગે : જે તમારે 'મારુ હૃદય' નો અંક જોઈતો હોય તો તેની કિંમત રૂ. ૬૦ (૧૨ અંક) છે. તેની મેળવવા માટે કેશ અથવા ચેક/ડીકી 'સીમ્સ હોસ્પિટલ પ્રા. લી.' ના નામની તમારા નામ અને તમારા પુરતા એફ્ઝાનની વિગત સાથે આમારી ઓફિસ, "મારુ હૃદય" ટિપાર્ટમેન્ટ, સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ પર મેકટી આપશો. ફોન નં. : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૫૬/૧૦૫૦



CIMS

## સીમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા આયોજ્ઞિત મેડિકલ કેન્દ્ર

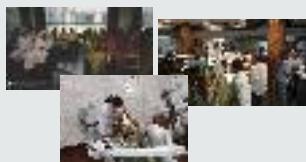
અમદાવાદ  
S & P Global  
માં આહાર વિષે  
જાણકારી આપી



ચોલામાં  
MS General  
Insurance  
માં હેલ્થી લાઇફ  
સ્ટાર્ટ વિષય પર  
જાણકારી આપી



દોદર ગામ  
ના દર્દીઓની  
સીમ્સ હોસ્પિટલ  
માં તપાસ



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

નંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ અંદ્રાજાને સીમ્સ હોસ્પિટલ વર્તી હારિઓમ પ્રિન્ટસી, ૧૫/૧, નાગરોની એસ્ટેટ,  
અંસ.આદ. ડિસ્પેન્સરીના સામે, હૃદેશર રોડ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૪ ખાતેથી છાયું અને  
સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, આફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ ખાતેથી પ્રસિદ્ધ કર્યું.