મારું હૃદય

વર્ષ-૯, અંક-૧૦૨, ૧૫ જૂન, 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 ચંદારાણા +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨
ડૉ. અજય નાઇક +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬

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 +૯૧-૯૯૨૪૦ 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

કાર્ડિયાક ઇલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજીસ્ટ

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

કોલેસ્ટેરોલ

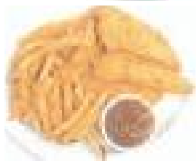
કોલેસ્ટેરોલ તમારા શરીરમાંનું એક ચરબીયુક્ત અને આવશ્યક તત્ત્વ છે. એ શરીરને મદદરૂપ થાય છે પણ વધુ પ્રમાણમાં એ હાનિકારક હોય છે. હોર્મોન્સને અને જ્ઞાનતંતુઓને વિકસાવવા કોલેસ્ટેરોલ જરૂરી ગણાય છે.

‘કોલેસ્ટેરોલ’ શબ્દ લેટિન ભાષાનો છે. એના બે ભાગ છે : ‘કોલે’ એટલે પિત્ત અને ‘સ્ટેરોલ’ એટલે એવો પદાર્થ જેનાથી તમારું શરીર ઘસાય,

જ્યારે કોલેસ્ટેરોલ વધુ પડતું હોય ત્યારે રક્તવાહિનીઓની દીવાલો જાડી થવાથી હાર્ટ ઍટેક આવે છે.

કોલેસ્ટેરોલના પ્રકાર

કોલેસ્ટેરોલના અનેક ઘટક હોય છે જેમાંના સૌથી અગત્યના નીચે દર્શાવ્યા છે.



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

ઉપરોક્ત પાંચ પ્રકારના કોલેસ્ટેરોલમાંથી બે મુખ્ય પ્રકાર હોય છે. એક પ્રકાર છે HDL અથવા ‘સારું’ કોલેસ્ટેરોલ. બીજો પ્રકાર છે LDL અથવા ‘ખરાબ’ કોલેસ્ટેરોલ.

હૃદયરોગને અટકાવવામાં અને તમારા શરીરમાંથી ખરાબ

www.cims.org

કોલેસ્ટેરોલ ઓછું કરવામાં HDL (એચ.ડી.એલ) મદદ કરે છે.

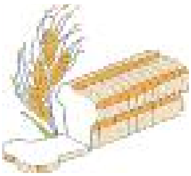
LDL કોલેસ્ટેરોલ તમારા રક્તવાહિનીઓની અંદર ચરબી જમાવે છે. LDL વધુ માત્રામાં હોય ત્યારે તમને હૃદયરોગ થવાની શક્યતા વધી જાય. એટલે તમારું HDL વધુ હોવું જોઈએ અને તમારું LDL ઓછું હોવું જોઈએ એ ખૂબ જ અગત્યનું છે. HDL તમારી રક્તવાહિનીમાંથી ચરબી સાફ કરે છે

ભારતીય લોકોનાં કોલેસ્ટેરોલનું માપદંડ

ભારતીય લોકોને હૃદયરોગ થવાની શક્યતા દુનિયાનાં બાકી બધા લોકો કરતા વધારે હોય છે. એટલે અમેરિકા અથવા ઇંગ્લૅંડ જેવા દેશોમાં કોલેસ્ટેરોલનું જે માપદંડ વપરાય છે એના કરતા ભારતીય લોકોમાં કોલેસ્ટેરોલનું માપદંડ વધુ કડક રાખવું જોઈએ.

એટલે બીજા દેશોમાં વપરાતા આદર્શ કોલેસ્ટેરોલની માત્રાના કોઠા ભારતીય લોકો માટે આદર્શ રહેતા નથી. ભારતીય લોકો માટે આદર્શ કોલેસ્ટેરોલની માત્રાઓ આ પ્રમાણે છે:

- જો તમારું HDL ૬૦ અથવા વધુ હોય તો તે તંદુરસ્ત છે અને ૪૦થી ઓછું હોય તે હાનિકારક કહેવાય.
- મોટાભાગના તંદુરસ્ત લોકો માટે LDLની આદર્શ માત્રા ૧૦૦થી ઓછી સૂચવાય છે.
- જો તમને હૃદયરોગ થવાનું જોખમ વધારે હોય, તો તમારા ડૉક્ટર ૧૦૦થી ઓછું LDL સૂચવશે.
- જો તમને હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ અથવા અમુક બીજા રોગ હોય તો તમારે ૭૦થી ઓછું LDL રાખવું જોઈએ.



કોલેસ્ટેરોલ કેવી રીતે ઘટાડી શકાય?

મોટે ભાગે યોગ્ય ખોરાક, દવા અને કસરત દ્વારા તમારા કોલેસ્ટેરોલનું નિયંત્રણ થઈ શકે.

ફળો, શાકભાજી, કઠોળ દરરોજ વધુ પ્રમાણમાં ખાઓ. ઓછા તેલયુક્ત આહાર લો. માખણ અને માંસમાં હોય તેવા 'સેચ્યુરેટેડ' ફૅટથી દૂર રહો. સૂર્યમુખી, કપાસિયા, મગફળી અથવા કેનોલાનું તેલ વાપરો પણ ખૂબ ઓછા પ્રમાણમાં. કોપરેલથી દૂર રહો. માંસાહારી હો તો, લાલ માંસ વધુ ખાવાને બદલે ચીકન અને માછલી ખાઓ.

ચરબી અને કોલેસ્ટેરોલ તપાસવા ફૂડ લેબલ્સ વાંચો. ચીકન રાંધતા પહેલાં એની ચરબીયુક્ત ચામડી ઉતારો.

સમગ્ર ઈંડાને બદલે ઈંડાનો સફેદ ભાગ વાપરો. મલાઈયુક્ત દૂધને બદલે મલાઈ તારવી લીધેલ દૂધ પીઓ. સામાન્ય ચીઝને બદલે યોગર્ટ (દહીં), કોટેજ ચીઝ (પનીર) લો, કારણ કે તેમાં નહિવત અથવા ઓછી ચરબી હોય છે.

તમારા ડૉક્ટરની સલાહથી

લોહીમાંનું કોલેસ્ટેરોલ માપવાની ઝડપી રીત : ઘરે પૂરી, સમોસા, ગુલાબજાંબુ, માલપુઆ વગેરે દર અઠવાડિયે જેટલી વખત બને તેને ૫૦થી ગુણો એટલે મળે કોલેસ્ટેરોલનો આંક!

એક મધ્યમ વયની સ્ત્રીને હાર્ટ ઍટેક આવ્યો. તેને હૉસ્પિટલમાં દાખલ કરી. ડૉક્ટરોએ ઇલાજ શરુ કર્યો પણ બહેનની હાલત ખૂબ જ બગડી. તેમને ભગવાન યાદ દેખાયા.

'ભગવાન, હું જીવીશ કે મરીશ?' બહેને પૂછ્યું.

'તમને બીજાં ૪૨ વર્ષની જિંદગી છે, તમે કોઈપણ જાતની ચિંતા ન કરો...'

બહેનને ભગવાનની ચોખ્ખી વાતથી બહુ સારું લાગ્યું અને તે સાજાં થવા માડ્યાં. એ જ હૉસ્પિટલમાં પ્લાસ્ટિક સર્જરી વિભાગ હતો. બીજાં ૪૨ વર્ષ જીવવું છે તો થોડો ખર્ચ કરીને સારા રહીએ એમ વિચારીને બહેને ત્યાં ચહેરાની કરચલીઓ કઢાવી લીધી, પેટ ઓછું કરાવી લીધું અને નવા વાળ નંખાવી એનો રંગ પણ બદલાવ્યો. સાજા થઈ તે ઘેર જવા નીકળ્યાં. પણ રસ્તો ઓળંગવા જતા એક ખટારાએ તેમને ટક્કર મારી ખલાસ કરી નાખ્યાં.

'પણ ભગવાન તમે તો કહ્યું હતું કે હું બીજાં ૪૨ વર્ષ જીવીશ!' બહેને રિસાઈને પૂછ્યું.

'મેં તમને ઓળખ્યા

જરૂરી કસરત કરો. એનાથી એચ.ડી.એલ. કોલેસ્ટેરોલ વધશે. તમે તરો, દોડો, ચાલો અથવા સાઇકલ ચલાવો. તમારે દરરોજ ઓછામાં ઓછી ૩૦-૪૦ મિનિટ કસરત કરવી જરૂરી છે.

રેશિયોનો પ્રકાર	આદર્શ મૂલ્ય
ટી.સી./ એલ.ડી.એલ.	૩.૫ કરતાં ઓછું

'ઉચ્ચ કોલેસ્ટેરોલ' તમારા પરિવારની વારસાગત બીમારી હોઈ શકે. તમારા પરિવારમાં હૃદયરોગની બીમારી હોય તો તેની તમારા ડૉક્ટરને જાણ કરો.

૩૫ વરસની ઉંમર પછી દર વર્ષે તમારું કોલેસ્ટેરોલ તપાસતા રહો.

વિવિધ પ્રકારના કોલેસ્ટેરોલનાં મૂલ્યો

લોહીમાં ટોટલ કોલેસ્ટેરોલ (ટી.સી)	વર્ગીકરણ
૧૬૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	ખૂબ સરસ
૨૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	સામાન્ય
૨૦૦-૨૩૯ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	સામાન્ય કરતાં વધારે
૨૪૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું

એલ. ડી. એલ કોલેસ્ટેરોલની માત્રા	વર્ગીકરણ
૭૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	ખૂબ સરસ
૧૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	સામાન્ય
૧૦૦ - ૧૨૯ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	સામાન્યથી સહેજ વધારે
૧૩૦ - ૧૫૯ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	સામાન્યથી વધારે
૧૬૦ - ૧૮૯ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	ઊંચું
૧૯૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું

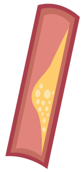
એચ. ડી. એલ કોલેસ્ટેરોલની માત્રા	વર્ગીકરણ
૪૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	નીચું (ખરાબ)
૬૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ઊંચું (સારું)

ટ્રાઈગ્લિસરોડની માત્રા	વર્ગીકરણ
૧૫૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ. કરતાં ઓછું	સામાન્ય
૧૫૦-૧૯૯ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	કિનારી પરનું ઊંચું
૨૦૦-૪૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.	ઊંચું
૪૦૦ મિ.ગ્રા./ડી.એલ.થી વધારે	ખૂબ ઊંચું

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

કોલેસ્ટ્રોલ

કોલેસ્ટ્રોલ એટલે શું



કોલેસ્ટ્રોલ એક પ્રકારની ચરબી છે જે તમારા લોહીમાં રહેલી છે. કોલેસ્ટ્રોલની માત્રા ખૂબ વધી જાય તો તેનાથી તમારી ધમનીઓને અવરોધિત કરી શકે છે અને હાર્ટ એટેક અને સ્ટ્રોકનું જોખમ વધારી શકે છે.

એલડીએલ એટલે કે "ખરાબ" + કોલેસ્ટ્રોલ એચડી એલ એટલે કે "સારું" + ટ્રિગ્લાઈસેરાઈડસ 5 = ટોટલ કોલેસ્ટ્રોલ

હાઈ કોલેસ્ટ્રોલના કારણો શું છે

ખોરાક માટેની સલાહ

✓ **આ ખોરાક પસંદ કરો**
એચડીએલ કોલેસ્ટ્રોલ વધારનાર ખોરાક ઓલિવ ઓઈલ, એવેકાડોસ, અખરોટ
એલડીએલ અને ટ્રિગ્લાઈસેરાઈડસ ઓછું કરનાર ખોરાક ઓટમીલ, સફરજન, સંતરા, સેલ્મોન માછલી, તોફુ આ ખોરાક ટાળો

✗ **એલડીએલ વધારનાર**
ઈંડા જરદી, ચરબીવાળુ માસ, શેલફીશ, ડેરીના ઉત્પાદનો, મેંદાવાળો કે તળેલો નાસ્તો
ટ્રિગ્લાઈસેરાઈડસ વધારનાર
બહુ માત્રામાં દારૂ પીવું, સરળ કોર્બોહાઈડ્રેટસ - સ્ટાર્ચ, ગળી વસ્તુઓ, પ્રાણીની ઉત્પાદનો
જે ખોરાક એલડીએલ વધારે છે, એ ટ્રિગ્લાઈસેરાઈડસ વધારી શકે છે.

આની સારવાર કેવી રીતે થાય છે ?

- વજન ઘટાડો અને સ્વસ્થ્ય વજન જાળવો
- ધુમ્રપાન છોડો
- એ ખોરાક ખાઓ જે હૃદયને સ્વસ્થ્ય એને તંદુરસ્ત રાખી શકે
- નિયમિત કસરત કરો
- દવાઓ નિયમિત રીતે ડોકટરની સલાહ પ્રમાણે લો

Courtesy :

24 x 7
જ્યારે ઈમરજન્સી હોય, ત્યારે સીમ્સ જ
ઈમરજન્સી : +91 -97234 50000 | એમ્બ્યુલન્સ : +91-98244 50000
મેડીકલ હેલ્પલાઈન : +91-70 69 00 00 00
CIMS®
CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
Earning Trust with World-Class Practices

સંપુર્ણ આરોગ્ય સારવાર આપના ઘરે 24x7

નર્સીંગની સુવિધા

- દર્દીને લાવવા-લઈ જવા મદદ
- ઘાની સંપૂર્ણ સંભાળ અને ડ્રેસીંગ
- અંતઃનળીય તેમજ વિવિધ પ્રકારનાં ઈન્જેક્શન્સની સુવિધા
- ચામડીનું ઇન્જેક્શન
- પેશાબની નળી નાખવી અને સંભાળ
- ગળાની નળી ની સંભાળ
- અન્નનળી નાખવી અને સંભાળ

વિશેષ નર્સીંગની સુવિધા

- ડાયાબીટીસનાં દર્દીની સંભાળ, કીડનીનાં દર્દીની સંભાળ,
- મગજનાં દર્દીની સંભાળ, ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કર્યા બાદની સંભાળ, ડ્રેસિંગ

સારસંભાળ રાખનારની સુવિધાઓ

- નાહવા, માવજત અને ટોયલેટ્રીની સુવિધા
- દર્દીની એપોઈન્ટમેન્ટ અને લઈ જવામાં મદદ
- દર્દી માટે વોકર અને વ્હીલ ચેરથી ચલાવવામાં મદદ
- પોષણયુક્ત ખોરાક લેવામાં મદદ
- દવાઓ નિર્દેશ અનુસાર યાદ કરાવવા

ફીઝીયોથેરાપીની સુવિધાઓ

- ફીઝીયોથેરાપી
- ડાયેટિશીયન

તબીબી સાધનો ભાડેથી

- આઈવી સ્ટેન્ડ
- વેન્ટીલેટર મશીન
- બાઈ-પેપ મશીન
- ઈન્ફ્યુઝન પંપ
- નેબ્યુલાઈઝર
- એયર બેડ/વોટર બેડ
- નીમ્બસ એયર બેડ
- સકશન મશીન
- ઓક્સિજન સિલીન્ડર બી- ટાઈપ
- ઓક્સિજન કોન્સન્ટ્રેટર (05 HR)
- મલ્ટી-પેરામીટર મોનીટર
- ફુલ્લી મોટરાઈઝડ બેડ
- સેમી મોટરાઈઝડ બેડ
- સેમી ફાઉલર (મેન્યુઅલ ફંક્શન) બેડ
- વ્હીલ ચેર

તબીબી સાધનો વેચાણથી

- બી.પી માપવાનું સાધન
- પલ્સ ઓક્સિમીટર
- ગ્લુકોમીટર
- નેબ્યુલાઈઝર મશીન
- થર્મોમીટર
- સકસન મશીન
- એયર બેડ / વોટર બેડ
- વોકર
- વોકિંગ સ્ટીક
- વેઈટ સ્કેલ
- વ્હીલ ચેર
- પેશન્ટ બેડ સાઈડ ટેબલ

હોમ સ્લીપ સ્ટડી
દવાઓની ઘરે મફ્ત ડિલિવરી (શરતોને આધિન)

ઘરે રસીકરણ (ADULT / PAEDIATRIC)

એક ફોન કરો અને આ બધી સુવિધાઓ આપના ઘરે મેળવો

+91-90990 67988 | www.careathomes.com

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

JCI (USA) NABH NABH ER Ethics Committee NABL ACC GreenOT

સીમ્સ હોસ્પિટલ :
શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૨ ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 |
Email: info@cims.org | www.cims.org

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +91-79-3010 1008 (મો) +91-98250 66661
એમ્બ્યુલન્સ :+91-98244 50000 ઇમરજન્સી : +91-97234 50000

24x7 Helpline: +91 70690 00000
સીમ્સ હોસ્પિટલની એપ્લીકેશન ઉપલબ્ધ છે
Download on the Windows Phone

CIMS Hospital

સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર

ઈમરજન્સીના સમયે, ફક્ત સીમ્સ જ

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

સહયોગી સેવાઓ

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

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 | **+91-70 69 00 00 00** | હેલ્પ લાઈન / ઈમરજન્સી **+91-98244 50000 | +91-97234 50000**

CIMS Hospital

સીમ્સ ફીવર ક્લિનીક

ડેન્ગ્યુ

ડેન્ગ્યુ ચેપગ્રસ્ત છે જે મચ્છરો દ્વારા ફેલાતો રોગ છે. જે વ્યક્તિને ડેન્ગ્યુ થયો હોય તે મચ્છર દ્વારા બીજા વ્યક્તિને ડંખ મારવાથી તે વ્યક્તિને ડેન્ગ્યુ થાય છે.

ડેન્ગ્યુ ના લક્ષણો

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

મેલેરીયા

મેલેરીયા ચેપગ્રસ્ત મચ્છરના ડંખ દ્વારા મેલેરીયા ફેલાય છે. મચ્છરમાં લેવાયેલા પ્લાઝમોડિયમ પરોપજીવી લોહીના પ્રવાહમાંથી લાલ રક્તકણો ને ચેપ લગાડે છે જે યકૃતમાં મેલેરીયા પેદા કરે છે.

મેલેરીયા ના લક્ષણો

- ઝાડા અને ઉલ્ટી
- માથાનો દુખાવો
- પેટનો દુખાવો
- પરસેવો વળવાથી
- ઉબકા આવવા
- વધારે પડતો તાવ ની સાથે ઠંડી લાગવી

ચિકનગુનિયા

ચિકનગુનિયા એ ચેપગ્રસ્ત મચ્છર દ્વારા સંક્રમિત થાય છે. એક વાયરસ છે જે પ્રારંભિક સપ્તાહમાં ચિકનગુનિયા વાયરસ રક્તમાં જોવા મળે છે અને એ મચ્છરો દ્વારા ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિમાંથી બીજામાં પસાર થાય છે.

ચિકનગુનિયા ના લક્ષણો

- તાવ
- સાંધાનો દુખાવો
- સ્નાયુનો દુખાવો
- ઉબકા
- માથાનો દુખાવો

For Appointment call : 079-3010 1008 | +91-98250 66661 | Email : opd.rec@cimshospital.org

પેશન્ટ એજ્યુકેશન સેશન્સ

CIMS Hospital

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં દર્દીઓ માટે બેઠક (વેઈટીંગ) એરીયામાં અલગ - અલગ પ્રકારની બીમારી વિશે તથા તેના થી કેવી રીતે બચાવુ જોઈ તેના વિશે ની જાણકારી માટે સેશન્શ ગોઠવામાં આવે છે.

ડૉ. કૃતિ અર્પૂવા પૌનાવાલ દ્વારા “કાર્ડિયાક કેર” વિશે જાણકારી

નબાનીથા દ્વારા “હેલ્થ ટીપ્સ” વિશે જાણકારી

ડૉ. વિરલ ઠક્કર દ્વારા “બુક્કલ કેન્સર” વિશે જાણકારી

જીગ્નાબેન દ્વારા “રક્તદાન અને ઓર્ગન ડોનેશન” વિશે માહિતી આપી

CIMS Hospital

શુ તમે જોડાયેલા છો

અમારી સાથે ઓનલાઈન ?

Like
Share
Comment

Build
Your
Network

અમારી સાથે જોડાવો અને અમને અનુસરો સાથે હાલની નવી માહિતી અને હેલ્થ વિશેની માહિતી જાણો

Like
Follow
Comment

Do
You
Follow Us?

Subscribe
to our
Channel

https://www.facebook.com/cimshospitals/
https://twitter.com/cimshospital
https://www.linkedin.com/company/3603904/
https://www.youtube.com/channel/UCAWc1T5KonQo_mUddZT7Jtw
https://www.instagram.com/cimshospital/?hl=en

CIMS
HOSPITAL

અલ્ઝાઈમર અને બ્રેઈન તપાસ મહિનો

જૂન ૧૫-૩૦, ૨૦૧૮

સ્પેશ્યલ તપાસ કાર્યક્રમ

~~₹ 9500/-~~ ₹ 4800 /-

નિઃશુલ્ક — નોંધણી, તબીબી મૂલ્યાંકન અને પરામર્શ (સલાહ)

સ્પેશ્યલ પેકેજ

- MRI બ્રેઈન પ્લેન
- એચઆઈવી I & II
- વીડીઆરએલ
- વિટામીન બી ૧૨
- ટીએસએચ
- સીબીસી

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +91-79-3010 1008 | મોબાઈલ : +91-98250 66661

સમય : 9:00 AM થી 3:00 PM (સોમ થી શનિ) | ઈમેલ : opd.rec@cimshospital.org

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

ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ- 380060.
ફોન નં. +91-79-2771 2771-75 | ફેક્સ +91-79-2771 2770
ઈ-મેલ : info@cims.org | www.cims.org

JCI (USA) NABH NABH ER Ethics Committee NABL ACC GreenOT

AMBULANCE : +91-98 24 45 00 00 | EMERGENCY : +91-97 23 45 00 00 | 24 X 7 MEDICAL HELP LINE +91-70 69 00 00 00

"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

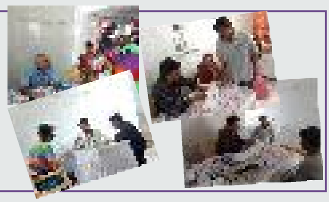
‘મારૂ હૃદય’ નો અંક મેળવવા અંગે : *જો તમારે ‘મારૂ હૃદય’ નો અંક જોઇતો હોય તો તેની કિંમત ₹ ૬૦ (૧૨ અંક) છે. તેને મેળવવા માટે કેશ અથવા ચેક/ડીડી ‘સીમ્સ હોસ્પિટલ પ્રા. લી.’ ના નામનો તમારા નામ અને તમારા પુરતા એડ્રેસની વિગત સાથે અમારી ઓફિસ, “મારૂ હૃદય” ડિપાર્ટમેન્ટ, સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ પર મોકલી આપશો. ફોન નં. : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૫૯/૧૦૬૦*

CIMS

સીમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા આયોજીત મેડીકલ કેમ્પ

બાલોત્તરા
૩૦૦ દર્દીઓની તપાસ

ભૂજ
૨૫૦ દર્દીઓની તપાસ



આદીપુર
૩૦૦ દર્દીઓની તપાસ

બિદડા
૧૧૦ દર્દીઓની તપાસ

SVVP અમદાવાદ
૫૦૦ દર્દીઓની તપાસ

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

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 GreenOT