CIMS NEWS

CARE & CURE

Volume-11 | Issue-121 | August 25, 2020

સીમ્સ હોસ્પિટલ

WORLD'S BEST HOSPITALS

2020

Newsweek

POWERED BY statista

CARE INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCE

અમેરિકા ન્યૂઝવીક મેગેઝીન (૨૦૨૦)માં ભારત અને વિશ્વની શ્રેષ્ઠ હોસ્પિટલોમાંની એક તરીકે સ્થાન

CIMS®

Care Institute of Medical Sciences

Earning Trust with World-Class Practices

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
Earning Trust with World-Class Practices

CIMS NEWS CARE & CURE

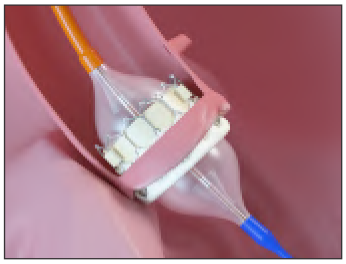
Volume-11 | Issue-121 | August 25, 2020

વગર ઓપરેશન વાલ્વ બદલવાની પ્રક્રિયા - ટાવી (TAVI)

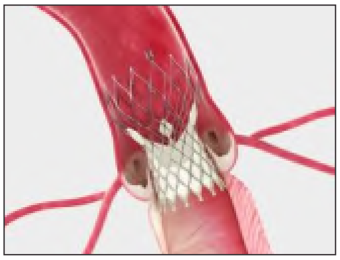
આજના સમયમાં દુનિયાનાં મોટા ભાગનાં લોકો અન્ય રોગ કરતાં હ્રદય રોગને લગતા કારણને લીધે વધારે મૃત્યુ પામે છે. દુનિયાના બીજા દેશોની સાથે હવે ભારતમાં પણ હ્રદય રોગને કારણે મૃત્યુ પામતા લોકોનું પ્રમાણ દિન-પ્રતિદિન વધી રહ્યુ છે. હ્રદયને લગતા જુદા જુદા રોગોમાં કેટલાક હ્રદય રોગમાં હ્રદયનાં વાલ્વની સમસ્યાઓના લીધે પણ દર્દીનું મૃત્યુ થાય છે. દરેક વ્યક્તિના હ્રદયમાં ચાર વાલ્વ હોય છે. તેમાનાં બે વાલ્વ એટ્રીઓવેન્ટ્રીક્યુલર (એવી) તરીકે ઓળખાય છે, જે લોહીને એટ્રિયા થઇને વેન્ટ્રીકલીસ તરફ વહેતું રાખે છે. બીજા બે વાલ્વ સેમિલ્યુનર વાલ્વ તરીકે ઓળખાય છે. તે હ્રદય અને હ્રદયમાંથી નીકળતી રક્તવાહિનીઓની વચ્ચે હોય છે અને રક્ત વાહિનીઓમાંથી વેન્ટ્રીકલ્સ તરફ જતું રોકે છે.

જે હ્રદયરોગના દર્દીના હ્રદયનો વાલ્વ સાંકળો હોય તેવા દર્દીને તે વાલ્વ બદલવાવવો ખુબ જ જરૂરી હોય છે, પરંતુ કેટલાય લોકો એવા હોય છે કે જે દર્દીમાં ઉંમર વધારે હોવાથી અને હ્રદય નબળુ થવાથી અથવા શરીરના બીજા કોઇ અંગોની તકલીફના કારણે ઓપરેશનનું જોખમ ખુબ જ વધારે પ્રમાણમાં હોય છે. આવા દર્દીઓનો ઓપરેશન વગર ઇલાજ હવે શક્ય છે. જેના માટેની એક અદ્યતન સારવાર છે જેનું નામ છે TAVI (Transcatheter Aortic Valve Implantation) એ વગર ઓપરેશનની પદ્ધતિ છે.

તાવીની આ પદ્ધતિના ફાયદો એ છે દર્દીને નવુ જીવન આપતી આ પદ્ધતિથી વાલ્વ વગર ઓપરેશને, કાપકુપ વિના, શરીરની નસમાંથી પસાર કરીને મુકવામાં આવે છે. દર્દીની નાજુક અવસ્થામાં આ પદ્ધતિથી વાલ્વ બદલ્યા પછી તરત જ સુધારો થાય છે અને ૩-૫ દિવસમાં દર્દી ઘેર જઇ શકે છે, આજે યુરોપના દેશોમાં ૩૦-૪૦ ટકા દર્દીઓ વાલ્વ બદલાવવા માટે ઓપરેશન વગરની આ પદ્ધતિનો લાભ લે છે.



Balloon Expandable Valve



Self Expanding Supra-Annular Valve

હ્રદયના વાલ્વનાં રોગ માટે ઉપચારના બે વિકલ્પ છે, એક પરક્યુટેનિયસ વાલ્વ રિપ્લેસમેન્ટ અને બીજો સર્જિકલ. વાલ્વની પસંદગી કરવી એ ખૂબ જ અટપટી તથા અઘરી પ્રક્રિયા છે, જે દર્દીની ઉંમર, તેને થયેલા રોગની હાલત તથા તેની જીવનશૈલીને ધ્યાનમાં રાખીને કરવી જોઇએ.

કેથેટર આધારિત વાલ્વ્યુલર બીમારીની આ સારવાર ૧૯૮૨ ના વર્ષથી અસ્તિત્વમાં છે. સૌ પહેલા કેથેટર આધારિત સ્ટેન્ટ વાલ્વ માનવ શરીરમાં મુકવાનું કાર્ય ૨૦૦૦ના વર્ષમાં બોનહોફરે પુલ્મોનિકએ કર્યુ. એ પછી સૌથી પ્રથમ સફળ કેથેટર આધારિત અને ઓપરેશન કર્યા વગર એઓર્ટિક વાલ્વ બદલવાની પ્રક્રિયા ડો. ક્રિબીયરે ૧૬ એપ્રિલ, ૨૦૦૨ના દિવસે કર્યુ હતુ, જેમાં ઓપરેશન નહોતું કરવામાં આવ્યું પરંતુ પગની નસમાંથી વાલ્વ ઉતારવામાં આવ્યો હતો.
તાવીની આ સારવારથી ગમે તેવા જટિલ મેડિકલ અને સર્જિકલ કેસ હોય તો પણ શ્રેષ્ઠ સારવારથી બચી જવાની સંભાવના વધારે પ્રમાણમાં રહેલી છે.

આ પ્રકારના ટેકનિક બાદ કોઇપણ પ્રકારની સમસ્યા ઉત્પન્ન ન થાય તે માટે સતત સંભાળ રાખવી ખુબ જ જરૂરી છે.

સૌજન્ય

ડૉ. કેયૂર પરીખ

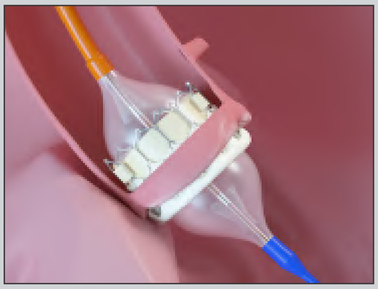
MD (USA) FCSI (India) FACC (USA), FSCAI (USA)

ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

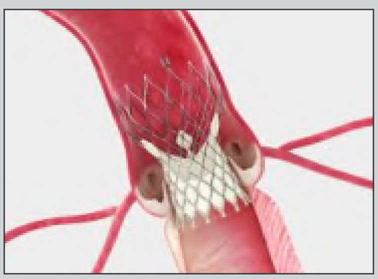
મો. +91-98250 26999

ઈમેલ: keyur.parikh@cimsh.org

સીમ્સ હોસ્પિટલ



Balloon Expandable Valve



Self Expanding Supra-Annular Valve

15 TAVI

(ટ્રાન્સકેથેટર એઓર્ટીક વાલ્વ ઈમ્પ્લાન્ટેશન)

સર્જરી વગર રોગગ્રસ્ત વાલ્વને બદલવાની પ્રક્રિયા

ગુજરાતમાં સૌથી વધારે

હોસ્પિટલમાં 100 % સફળતા સાથે

ભારત માંની અગ્રેસર હૃદયરોગ સારવાર ટીમ

સીમ્સ હોસ્પિટલ

ગુજરાતમાં સૌથી નાની વયની બાળકીનું લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ, માતાએ લીવરનો એક હિસ્સો ડોનેટ કર્યો.

કોરોના મહામારી સમયમાં

અમદાવાદની સિમ્સ હોસ્પિટલમાં
બે વર્ષની હિરવાનું લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરવામાં આવ્યુ

અત્યાર સુધીમાં
૬ લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરવામાં આવ્યાં છે.
બધામાં **૧૦૦ ટકા સફળતા**

આભાર,
લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ ટીમ, સીમ્સ ફાઉન્ડેશન અને બીજા દાતાઓનો

Volume-11 | Issue-121 | August 25, 2020

એન્ટિકોગ્યુલન્ટ ચિકિત્સા દરમ્યાન જીવનશૈલી માર્ગદર્શિકા

જ્યારે તમે હૃદયના કોઈક રોગ માટે લોહી પાતળુ કરવાની દવા (Anticoagulant) (Warfarin/Acitrom) લેતા હોય ત્યારે જીવનશૈલી

ઓરલ એન્ટિકોગ્યુલન્ટ્સ

Anticoagulant (Warfarin/Acitrom) લોહીને પાતળું કરવા માટેની એક દવા છે જે લોહીના ઘટકોની હાનિકારક જમાવટ ને અટકાવે છે અને રક્તવાહિનીઓમાં લોહી ને અવરોધ રહિત વહેવા દે છે.

PT/INR મોનિટરીંગ

જ્યારે તમે આ દવા પર હો ત્યારે તમારા શરીરની અંદર દવાનું પ્રમાણ માપવા માટે PT/INR ટેસ્ટ તરીકે ઓળખાતા એક સરળ પરીક્ષણ કરવામાં આવે છે.

INR સામાન્ય પ્રમાણે એક જેટલો હોય છે. તમારે લેવાની જરૂર હોય તે દવા ની માત્રા પૂર્ણપણે તમારા આ પરિક્ષણ ના પરિણામ પર આધાર રાખે છે. જો તમારા પરીક્ષાનું પરિણામ મર્યાદા બહાર હોય તો ડોક્ટર આ દવાની માત્રામાં વધારો કે ઘટાડો કરવાનું કહેતા હોય છે.

સૌથી આશ્ચર્યજનક બાબત એ છે કે આ દવાની એકસમાન માત્ર બધા દર્દીઓ ની અંદર એકસમાન પરિણામ પેદા કરતી નથી. એનો મતલબ એ છે કે જો કોઈ એક વ્યક્તિ પાંચ મિલિગ્રામ દવા લેતી હોય તો એનો INR ૨ હોઈ શકે અને બીજી વ્યક્તિ પાંચ મિલિગ્રામ દવા લેતી હોય તો એના એનોૅદ્રઇ ૪ પણ હોઈ શકે છે.

વિટામીન - K અને ખોરાક

લોહીને જામવા માટે આવશ્યક હોવા ઉપરાંત તંદુરસ્ત અને લવચીક રક્તવાહિનીઓ સહિત વિટામિન-કે અગણિત ફાયદાઓ ધરાવે છે. જો આપ લોહી પાતળું કરતી દવાઓ પર હોવ તો આહારમાં વિટામિન-કે ની સ્થિરતા જાળવવી ખૂબ જ જરૂરી છે.

Vitamin-K કેવળ વનસ્પતિઓ અને બેક્ટેરિયા દ્વારા જ ઉત્પાદિત થાય છે. માનવ સહિતના જીવો તેનું ઉત્પાદન કરી શકતા નથી. વિટામિન-K નીચે જણાવેલ ખોરાક ની અંદર પુષ્કળ પ્રમાણમાં હોય છે જેમકે બ્રોકોલી, કોબી, ફૂલગોબી, ટામેટા, ભીંડા, કોથમીર, લીલી ભાજી, કરમસાગ, ચિકન, ઈંડા પાલક, કેનોલાતેલ ઓલિવતેલ, ઘઉં, માછલી વિગેરે.

એ સમજવું ખૂબ જ જરૂરી છે કે વિટામિન કે આહાર લેવામાં ભારે ઘટાડો કરવો તે યોગ્ય અભિગમ નથી હકીકતમાં વિટામિન કે બહુ ઓછી માત્રામાં લેવાથી તમારા INR સંતુલન કામગીરીમાં વધારે સમસ્યાઓ પેદા કરી શકે છે આથી તમારા આહારમાં વિટામિન કે નું મધ્યમ અને સમતોલ પ્રમાણ બનાવવાનું સારું રહેશે.

ડોકટરો હંમેશા એવું નિવેદન કરે છે કે ઉપર જણાવેલ ખોરાકને સદંતર બંધ કરી દેવાની જરૂર નથી પરંતુ તેનું સમતોલ પ્રમાણમાં સેવન કરવાથી શરીરમાં યોગ્ય પ્રમાણમાં વિટામિન કે ની માત્રા જળવાઈ રહે છે.

કેટલાક વિશિષ્ટ કિસ્સાઓમાં લોહી પાતળું કરવાની ગોળીઓ બાબતે ડોકટર વિશેષ કાળજી રાખે છે. જેના થોડા ઉદાહરણો નીચે દર્શાવેલ છે.

- જો કોઈ સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરવાની ઇચ્છા રાખતી હોય તો તેની માટે આ દવાઓ પ્રતિનિર્દેશિત છે. આવા કારણોસર આ ગોળીઓ લેવાની જરૂરિયાત ઊભી થાય તો ડોક્ટર્સની સાથે બેસીને તેનું નિરાકરણ લાવવાની જવાબદારી રાખવી જોઈએ.
- કોઈપણ દર્દી જ્યારે આ ગોળી લેતા હોય અને એમને બીજી કોઈપણ જાતની સર્જરીની જરૂર પડે છે તો એ સર્જરી પ્લાન કરતા પહેલાં તમારા ડોક્ટર ની સાથે સલાહ સૂચન કરવું ખૂબ જ જરૂરી છે.
- મોટી વયના લોકોએ વિશેષ કાળજી લેવાની જરૂર રહે છે અને આ દવાઓ લેતા હોય તે દરમિયાનૅદ્રઇ રિપોર્ટ વારંવાર દેખરેખ કરતા રહેવું પડે છે.
- Anticoagulant ની સારવાર દરમિયાન નાની મોટી જટિલતાઓ ઉદભવી શકે છે અને દરેક દર્દીને અલગ અલગ હોઈ શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે પેઢાં ઓ માંથી અસામાન્ય રક્તસ્રાવ, આંતરિક રક્તસ્રાવ, ત્વચા ઉપર દાણાઓ અથવા ખંજવાળ અને શરીરના કોઇપણ ભાગ ઉપર નાના મોટા લાલ કલરના ચાઠા. આવા સંજોગોમાં તમે તમારા ડોક્ટરનો અભિપ્રાય લઇ શકો છો.
- Anticoagulant ગોળીઓની શ્રેષ્ઠ અસર માટે પેટ ખાલી હોવું

જરૂરી છે તેથી કરીને આ ગોળીઓ હંમેશા જમવાના બે કલાક પહેલાં અથવા બે કલાક પછી લેવી હિતાવહ છે.

- Anticoagulant ટ્રીટમેન્ટ તમારા દૈનિક પ્રવૃત્તિઓ ને પ્રભાવિત કરી શકે છે અને તમારા દૈનિક જીવનમાં રક્તસ્ત્રાવને ટાળવા માટે તમારે કેટલીક સાવચેતીઓ લેવી પડશે.

તમારા દાંતોને કોમળ તાંતણા વાળા બ્રશથી ઘસવાનું રાખો. જો પેઢામાંથી રક્તસ્ત્રાવ થતો હોય તો તમારા દાંતના ડોક્ટર ને બતાવો.

શેવિંગ કરવા માટે એક જ બ્લેડ વારંવાર વાપરવાનું ટાળો. જો કાપો કે ઉઝરડો પડે તો હાથથી અથવા ચોખ્ખાં કપડાં થી થોડી મિનિટો માટે દબાવી રાખો.

બહાર નીકળતી વખતે હંમેશા તમારા ખિસ્સામાં હંમેશા તમારું મેડિકલ કાર્ડ રાખો .

જો તમારા કામની જગ્યાએ ઇજા થવાની સંભાવના હોય તો તમારે અત્યંત કાળજી રાખવી જોઈએ.

હંમેશા ઇજા થઇ શકે તેવી પ્રવૃત્તિઓ જેમકે ફૂટબોલ ક્રિકેટ જેવી ખેલકૂદની પ્રવૃત્તિઓ અથવા શ્રમ યુક્ત કસરતો કરવાનું ટાળવું જોઈએ.

ધુમ્રપાન અને મદ્યપાન જેવી આદતો બંધ કરવી જોઈએ. તમે જો બહાર પ્રવાસ કરવાનું પ્લાન કરતા હોવ તો થોડા દિવસો માટે ની anticoagulant ગોળીઓ હંમેશા સાથે રાખવી.તમારા કુટુંબના સભ્યોને પ્રવાસ અંગેની સંપૂર્ણ માહિતી ની જાણ કરવી.

ધાર્મિક કારણોસર ઉપવાસ કરવાનું ટાળવું શ્રેષ્ઠ રહેશે પરંતુ ઉપવાસ કરો તો ખાસ કેવળ ફળ ફળાદી અથવા ફળોના રસ જેવી ખાદ્ય વસ્તુ પર કેન્દ્રિત ન થવું જોઈએ.

સૌજન્ય

ડૉ. ધવલ નાયક

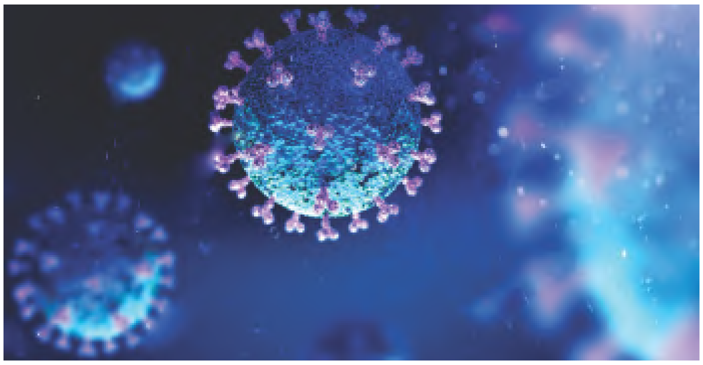
MS (Gold Medalist), DNB (CTS)

કાર્ડિયાક અને હાર્ટ-લંગ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જન

મો. +91-90991 11133

ઈમેલ: dhaval.naik@cims.me

કોવિડ -૧૯



૧૯૧૮ માં ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા રોગચાળા પછી, કોવિડ -૧૯ એ હાલની સૌથી મોટી જાહેર આરોગ્ય કટોકટી તરીકે ઉભરી આવી છે, જેને ડબ્લ્યુએચઓ દ્વારા ૧૧ મી માર્ચ, ૨૦૨૦ ના રોજ રોગચાળો જાહેર કરવામાં આવ્યો હતો.

વાર્તાની શરૂઆત ડિસેમ્બર ૨૦૧૯ માં ચીનના વુહાન શહેરમાં થઇ હતી, જ્યારે ન્યુમોનિયાના કેસોનું એક કલસ્ટર નોંધાયું હતું, જેના માટે કોઈ જાણીતું કારણ મળ્યું નથી. તેમાંથી મોટાભાગના લોકો વુહાનના હુઆનન સી-ફુડ માર્કેટ સાથે જોડાયેલા જોવા મળ્યા હતા

આ એક નવો વાયરસ, જેને હવે સાર્સ-કોવી-૨ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, આ તમામ કેસોમાં ન્યુમોનિયાનું કારણ હોવાનું માનવામાં આવ્યું છે, સંભવત. ચામાચીડીયાથી મનુષ્યમાં સ્થાનાંતરિત થાય છે. તે ઝડપથી રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સીમાઓને વટાવી ગયું છે, અને આ વાયરસને કારણે આખું વિશ્વ ભારે જોખમ અને ગભરામણ અનુભવી રહયું છે.

સાર્સ- CoV-2 એક વ્યક્તિથી બીજામાં ટીપાં દ્વારા અને ભાગ્યે જ એરોસોલ્સ દ્વારા ફેલાય છે; જ્યારે ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિને ખાંસી આવે, છીંક આવે અથવા કોઈ અન્ય વ્યક્તિ સાથે નજીકથી સંપર્કમાં આવે ત્યારે આ વાયરસ ફેલાય છે. આ વાયરસ દ્વારા દૂષિત સપાટીઓ પણ સંક્રમણનો સંભવિત સ્ત્રોત હોઈ શકે છે, કારણ કે આ વાયરસ દિવસો સુધી નિર્જીવ સપાટી પર ટકી રહેવાનું માનવામાં આવે છે. કોવિડ -૧૯ ના લક્ષણો ફ્લુ-ગળા, ખાંસી, તાવ, પેટમાં દુખાવો, ઝાડા, ઉલ્ટી, શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી જેવા છે. મોટાભાગના ચેપ હળવા અને સ્વ-મર્યાદિત હોય છે. આશરે ૧૫% દર્દીઓમાં હોસ્પિટલાઇઝેશન અને ઓક્સિજન સપોર્ટની જરૂર પડી શકે છે, અને લગભગ ૫% દર્દીઓને આઇસીયુ કેરની જરૂર પડી શકે છે. વૃદ્ધાવસ્થાના દર્દીઓ, અને હૃદયરોગ, હાઈ બી.પી. અને ડાયાબિટીસવાળા લોકોમાં આ બીમારી થવાનું જોખમ વધારે છે જે મૃત્યુ તરફ દોરી શકે છે.

જોકે ઘણી દવાઓ અને રસીઓ અત્યારે ટ્રાયલ હેઠળ છે, રેન્ડમાઇઝ્ડ ટ્રાયલ્સમાં કોઈ પણ દવા સારવાર માટે અસરકારક સાબિત થઇ નથી. સામાજિક અંતર (એકબીજાથી ૩-૬ ફુટનું અંતર જાળવી રાખવું) અને હાથની સ્વચ્છતા એ આજનાં શ્રેષ્ઠ રક્ષણાત્મક પગલાં છે.

સૌજન્ય

ડૉ. સુરભી મદાન

MD, General Medicine, Fellowship in Infectious Diseases

ઇન્ફેક્શીયસ ડિસીઝ કન્સલ્ટન્ટ

મો. +91-97129 71863

ઈમેલ: surabhi.madan@cimshospital.org

Volume-11 | Issue-121 | August 25, 2020

કોવિડ-૧૯ ની મહામારી ના સમયમાં સગર્ભા માતા ને મૂઝવતા પ્રશ્નો ના સરળ ભાષામાં જવાબ

કોવિડ-૧૯ શું છે ?

કોવિડ-૧૯ કોરોના વાઈરસથી થતી એક નવી બિમારી છે જે શ્વાસ અને ફેફસાને અસર કરે છે. તાવ આવવો, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ, ઉલ્ટી, ઝાડા, તેના લક્ષણો છે.

કોવિડ-૧૯ સગર્ભા માતાને કેવી રીતે અસર કરે છે ?

અત્યાર સુધીના રીસર્ચ પરથી એ તારણ કાઢવામાં આવ્યુ છે કે પ્રેગનન્સીના કારણે ગંભીર બિમારીનું જોખમ સામાન્ય (Non-Pregnant) પ્રજા કરતાં વધારે નથી.

કોવિડ-૧૯ ગર્ભસ્થ શિશું (પેટમાં રહેલું બાળક-Fetus) ને કેવી રીતે અસર કરે છે ?

ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન માતાથી Fetus ને કોરોના સંક્રમણ થવાની શકયતા નહિવત છે. આ વિશે કેસ સ્ટડી કરવાથી વધારે માહિતી મળી શકે.

કોવિડ-૧૯ થી બચવા માટે શું કરવું જોઈએ ?

વારંવાર હાથ ધોવો, ગરમ પાણી થી કોગળા કરવા (મીઠુ કે હળદર), ગરમ પાણી પીવુ, સામાજિક અંતર જાળવો, રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે તેવો ખોરાક ખાવો, મોં - નાક નેસ્પર્શ કરવાનું ટાળો.

કોવિડ-૧૯ ના કારણે ડોકટરની વિઝીટમાં કોઈ ફેરફાર કરવો જોઈએ ?

ચેપ લાગવાની શકયતાને ઘટાડવા માટે, તમારા ગાયનેકોલોજીસ્ટ સાથે ચર્ચા કરીને વિઝીટ ઘટાડવી જોઈએ. જરૂર લાગે તો ટેલીમેડીસીન (Video- Calling) દ્વારા ડોકટર સાથે ચર્ચા કરો.

ICMR ની ગાઈડલાઈન પ્રમાણે ૧૨,૨૦,૨૮ અને ૩૬ અઠવાડિયે (૩,૫,૭,૯ મા મહિને) બતાવા જવું. આ સિવાય ઈમરજન્સી વગર ઘરની બહાર નીકળવું નહી.

ડોકટરની વિઝીટ વખતે શું ધ્યાન રાખવું ?

- જો તમને તાવ,ઉધરસ,ગળામાં દુખાવો, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ હોય તો ઘરની બહાર નીકળવાનું ટાળો
- કોવિડ-૧૯ અસરગ્રસ્ત વિસ્તારોની મુસાફરી કરી હોય, છેલ્લા ૧૫ દિવસમાં કોવિડ-૧૯ હકારાત્મક સંપર્કમાં આવ્યા હોય, હોટ સ્પોટ અથવા કલસ્ટર વિસ્તારમાં રહેતા હોય તો હોસ્પિટલ જવાનું ટાળો.
- કૃપા કરી તમારૂ આધારકાર્ડ સાથે રાખો.
- કૃપા કરીને તમારી પોતાની પાણીની બોટલ પણ સાથે રાખો.
- કૃપા કરીને પેશન્ટ સાથે એક જ વ્યકિત એ જવું(કૃપા કરીને બાળકો ને સાથે લઈ જશો નહી)
- હંમેશાં માસ્કથી નાક અને મોઢાને સંપૂર્ણ ઢંકાય તે રીતે પહેરો(હોસ્પિટલમાં માસ્ક પહેરીને જ જવું)
- તમારી ફાઈલ સાથે લઈ જાવ.
- તમે કેન્દ્રમાં પ્રવેશતા જ સાબુ અથવા સેનિટાઈઝરથી હાથ ધોવા.
- શકય હોય તેટલું અને ફકત જયારે પૂછવામાં આવે ત્યારે જ બોલો.
- અન્ય વ્યકિતથી ઓછામાં ઓછું એક મીટરનું અંતર જાળવો.
- સોનોગ્રાફી રૂમમાં પેશન્ટ સાથેની કોઈ વ્યકિતને પ્રવેશવા માટે આગ્રહ કરવો નહી.
- પેમેન્ટ કરવા માટે કાર્ડ ચૂકવણી / ડિજિટલ ટ્રાન્ઝેકશન નો ઉપયોગ કરો
- ડોકટરને પુછવા માટે પ્રશ્નો એક ચિઠ્ઠીમાં લખી રાખવા, જેથી સમય ઓછો લાગે.

શું મારી ડિલીવરી ના સમય અથવા પ્લાનમાં કોઈ ફેરફાર કરવો જરૂરી છે ?

કોરોના મહામારી ને કારણે મોટા ભાગના કેસમાં ડિલીવરીનો સમય (કેટલા મહિને) અને પદ્ધતિ ચનોર્મલ અથવા સીએસ (cs) માં કોઈ ફેરફાર કરવાની જરૂર નથી.

કોવિડ-૧૯ ના સમયમાં, મારા નવજાત શિશુને સ્તનપાન કરાવી શકું ?

અત્યાર સુધી, આ વાઈરસ, સ્તન ના દૂધમાં જોવા નથી મળ્યો. જો તમને કોરોના બિમારી ના લક્ષણો ન હોય તો તમે સ્તનપાન કરાવો તે હિતાવહ છે.

સૌજન્ય

ડૉ. દેવાંગ પટેલ
MD (Obst. & Gynec) Gold Medalist
FNB (High Risk Pregnancy & Perinatology)
First FNB (HRP&P) of Gujarat
ફિટો-મટર્નલ મેડીસીન સ્પેશ્યાલીસ્ટ
મો. +91-98256 88956
ઈમેલ: devang.patel@cimshospital.org

JCI NABH NABL ACC

CIMS
Care Institute of Medical Sciences
Earning Trust with World-Class Practices

Sugar Free Apple Rabdi

PREPARATION TIME: 5 MINS | COOKING - TIME: 15 MINS

INGREDIENTS:

- 3 cups low fat milk (fat free)
- ¾ cup grated apples (with skin)
- ¼ tsp cardamom (elaichi) powder
- A pinch of nutmeg (jaiphal)
- 2 tsp sugar substitute

FOR GARNISH

- 1 tsp Pistachios thin slices

METHOD :

- Bring the milk to boil in deep non stick pan & simmer for 10-12 minutes. While stirring, scrap the sides of the pan as well.
- Add the grated apple, mix well & simmer for another 2 to 3 minutes, stirring continuously.
- Add the cardamom and nutmeg powder. Mix well and keep aside to cool.
- Once the rabdi, has been cooled add the sugar substitute, mix well and refrigerate for at least 1 hour.
- Garnish with pistachios. Serve chilled.

સીમ્સ હોસ્પિટલ

હૃદય પ્રત્યારોપણ માટે
ગુજરાતનું સૌથી પ્રથમ અને એકમાત્ર કેન્દ્ર

100th

હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ
જુલાઈ ૨૦૨૦

હરપળ તમારી સાથે
કોઈપણ સંજોગ કોઈપણ ઈમરજન્સી

સીમ્સ ક્રિટીકલ કેર

24 X 7 મલ્ટી-સ્પેશિયાલીટી સુવિધાઓ
ઓછામાં ઓછો ઈન્ફેક્શન દર
તાલીમબદ્ધ તાત્કાલીક સારવાર સ્ટાફ
અદ્યતન રીહેબીલીટેશન સેવાઓ

CIMS® Care Institute of Medical Sciences
Earning Trust with World-Class Practices

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-11 | Issue-121 | August 25, 2020

CIMS News Care & Cure Registered under RNI No. GUJBIL/2010/39100
Published 25th of every month
Registered under Postal Registration No. GAMC-1813/2020-2022 valid upto 31st December, 2022
issued by SSPO's Ahmedabad City Division, permitted to post at Ahmedabad PSO on 30th to 5th of every month
Licence to Post Without Prepayment No. PMG/HQ/107/2020-2022 valid upto 31st December, 2022

If undelivered Please Return to

CIMS Hospital
Nr. Shukan Mall, Off Science City Road,
Sola, Ahmedabad-380060.
Phone : +91-79-2771 2771-72
Mobile : +91-98250 66664, +91-98250 66668

Subscribe "CIMS News Care & Cure" : Get your "CIMS News Care & Cure", the information of the latest medical updates only ₹ 60/- for one year. To subscribe pay ₹ 60/- in cash or cheque/DD at CIMS Hospital Pvt. Ltd. Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060. Phone : +91-79-4805 1059 / 4805 1060. Cheque/DD should be in the name of : **"CIMS Hospital Pvt. Ltd."**
Please provide your **complete postal address with pincode, phone, mobile and email id** along with your subscription

"સીમ્સ ઈસ્ટ" હોસ્પિટલ (નોન-કોવિડ હોસ્પિટલ)

કોવિડ મહામારીના સમયમાં હાઈ રીસ્ક સર્જરીમાં નવા કિર્તીમાન સ્થાપિત

કોરોના ની વૈશ્વિક મહામારીની સારવારમાં અભૂતપૂર્વ કામગીરી

✓ માર્ચ ✓ એપ્રિલ ✓ મે ✓ જૂન ✓ જુલાઈ

- ટ્રાન્સપ્લાન્ટ
- કાર્ડિયાક સાયન્સ
- ઓર્થોપેડીક
- ટ્રોમા
- જી.આઈ. સર્જરી
- વાસ્કયુલર
- કેન્સર સર્જરી
- ન્યૂરો એન્ડ સ્પાઈન સર્જરી
- ઓબ્સ્ટ્રેટીકસ એન્ડ ગાયનેકોલોજી
- યુરોલોજી
- પીડિયાટ્રીકસ
- ઈ.એન.ટી.

કોવિડ મહામારી દરમિયાન બધી જ નોન-કોવિડ બિમારીની શ્રેષ્ઠ સારવાર

CIMS Hospital : Regd Office: Plot No.67/1, Opp. Panchamrut Bunglows, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad - 380060.
Ph. : +91-79-2771 2771-72 Fax: +91-79-2771 2770.
CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.org | www.cims.org

Printed, Published and Edited by Preeta Chag on behalf of the CIMS Hospital
Printed at High Scan Pvt. Ltd., 'Hi Scan Estate', Sarkhej-Bavla Highway, Changodar. Ahmedabad-382 213.
Published from CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.

JCI NABH NABL ACC