CIMS News
Care & Cure

Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

Price : Rs. 5/-

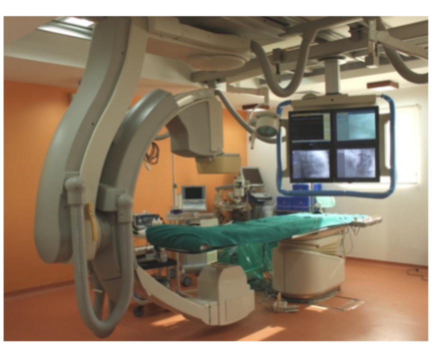
CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

હૃદય રોગનાં હુમલામાં તાકીદની સારવારમાં ઉપયોગી એન્જિયોગ્રાફી ફક્ત સાત સેકન્ડમાં

હાર્ટ એટેક એટલે હૃદય પર રોગનો અચાનક થતો હુમલો એમ કહી શકાય. ખાસ કરીને હાર્ટ એટેકના હુમલા વખતે એક-એક ક્ષણ ખુબ જ મહત્વની બની જાય છે. આવા કટોકટીનાં સમયમાં સીમ્સ દર્દીઓ અને તેમનાં કુટુંબીજનોને આપે છે સધિયારો. આ મલ્ટિ-સુપર સ્પેશિયાલિટી સીમ્સ હોસ્પિટલ ચોવીસ કલાક અને આખુ વર્ષ કાર્ડિયોલોજીની નિષ્ણાંત ટીમ સાથે દર્દીની સેવા માટે તૈયાર રહે છે.

તાત્કાલિક ધોરણે જરૂરી સારવાર મળી રહે એવી હોસ્પિટલમાં ન પહોંચી શકવું એ હાર્ટ એટેક કરતા પણ વધુ ખરાબ પરિસ્થિતિ છે. સંપૂર્ણપણે સંકલિત વ્યવસ્થાને લીધે સીમ્સ હોસ્પિટલમાં એડમિશનથી એન્જિયોપ્લાસ્ટીનો સમય ૬૦ મિનિટ એટલે કે એક કલાક કરતા પણ ઓછો લાગે છે.

એન્જિયોગ્રાફી ફક્ત સાત સેકન્ડમાં :



સીમ્સ હોસ્પિટલમાં વિશ્વનું સૌથી ઝડપી એન્જિયોગ્રાફી મશીન (ફિલિપ્સ એક્સપાર ટેકનોલોજી) ઉપલબ્ધ છે. આ મશીન પોતાનું કામ તીવ્ર ઝડપે પુરૂ કરે છે અને માત્ર સાત સેકન્ડમાં જ એન્જિયોગ્રાફીના ફોટા પાડી શકે છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો એક થી પાંચ મિનિટની અંદર અત્યાધુનિક એન્જિયોગ્રાફી કરવી એ હવે શક્ય છે.

આજનાં ઝડપી યુગમાં દર્દીને ઝડપી સુવિધા મળી રહે એ માટે મલ્ટિ-સુપર સ્પેશિયાલિટી સીમ્સ હોસ્પિટલ હરહંમેશ તત્પર રહે છે. આ ઉપરાંત એન્જિયોપ્લાસ્ટીનાં સારા પરિણામ માટે સીમ્સ સ્ટેન્ટ બુસ્ટ ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરે છે.

સીમ્સ હોસ્પિટલની કાર્ડિયાક ટીમ ૨૫ વર્ષ કરતાં પણ વધુ સમયના અનુભવ સાથે ભારતની અગ્રણી કાર્ડિયાક ટીમ પૈકીની એક છે. આ મલ્ટિ-સુપર સ્પેશ્યાલિટી હોસ્પિટલમાં દર મહિને ૬૦૦ થી પણ વધુ કાર્ડિયાક પ્રોસિજર કરવામાં આવે છે, જે ગુજરાતમાં ખાનગી ક્ષેત્રે સૌથી વધુ કહેવામાં જરાપણ અતિશયોક્તિ નહીં ગણાય. તદુપરાંત સીમ્સ હોસ્પિટલમાં હાર્ટ એટેક વખતે એન્જિયોપ્લાસ્ટી વિશે કાઉન્સેલિંગ માત્ર ૫ થી ૧૦ મિનિટમાં જ કરવામાં આવે છે. ટૂંકમાં એમ કહી શકાય કે હાર્ટ એટેક વખતે સીમ્સ હોસ્પિટલમાં બહુ ઓછા સમયમાં સર્વશ્રેષ્ઠ સારવાર મળી રહે છે.

Medicine is basically the study of various liquids and solids that – either naturally or by force – go into and come out of the human body.

સીમ્સ કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર ટીમ

ડૉ. અનિશ ચંદારાણા	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨	ડૉ. અજય નાઇક	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૮૨૬૬૬	ડૉ. ધીરેન શાહ	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૫ ૭૫૯૩૩
ડૉ. સત્ય ગુપ્તા	(મો) +૯૧-૯૯૨૫૦ ૪૫૭૮૦	ડૉ. જોયલ શાહ	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૩ ૧૯૬૪૫	ડૉ. ધવલ નાયક	(મો) +૯૧-૯૦૯૯૧ ૧૧૧૩૩
ડૉ. રવિ સિંઘવી	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૧ ૪૩૯૭૫	ડૉ. ગુણવંત પટેલ	(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૬૧૨૬૬	ડૉ. દીપેશ શાહ	(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૨૭૯૪૫
ડૉ. કેયૂર પરીખ	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૪	ડૉ. મિલન ચગ	(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭	ડૉ. શૌનક શાહ	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૪૫૦૨
ડૉ. ઉર્મિલ શાહ	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૯૩૯	ડૉ. હેમાંગ બક્ષી	(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૦૧૧૧	ડૉ. નિરેન ભાવસાર	(મો) +૯૧-૯૮૭૯૫ ૭૧૯૧૭
ડૉ. કશ્યપ શેઠ	(મો) +૯૧-૯૯૨૪૬ ૧૨૨૮૮			ડૉ. હિરેન ધોળકિયા	(મો) +૯૧-૯૫૮૬૩ ૭૫૮૧૮

CIMS News
Care & Cure
Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

ગુજરાતમાં સૌ પ્રથમ એમઆરઆઈ આધારિત દર્દીની જરૂરીયાત મુજબની ઘૂંટણ સિસ્ટમ અને ઓક્સિનીમ જોઈન્ટનો ઉપયોગ

યુએસના એફડીએ દ્વારા પ્રમાણિત આ જોઇન્ટ ઓછામાં ઓછા ૩૦ વર્ષ સુધી ચાલે છે

Knee Replacement ની સારવાર એ માનવસમાજ માટે ખૂબ જ ઉપયોગી ભેટ છે. જેનાથી વિશ્વના લાખો લોકોની જીંદગીમાં પરિવર્તન આવ્યું છે અને તે સમગ્ર વિશ્વમાં બીજી સર્વસામાન્ય ઓપરેશન તરીકે પ્રસ્થાપિત થઈ છે. સતત સંશોધનના કારણે માનવસમાજને વિજ્ઞાનના લાભો મળતા થયા છે જે સર્જન ડૉક્ટરોને ઓપરેશનમાં અને દર્દીઓને આવરદાયુક્ત અને ટકાઉ ઘૂંટણ જોઈન્ટ પૂરા પાડવામાં મદદરૂપ થયા છે.

ગુજરાતમાં સૌ પ્રથમ વાર અમે દર્દીની જરૂરીયાત અનુસાર ઘૂંટણ તૈયાર કરવા એમઆરઆઈ અને એક્સ-રેનો ઉપયોગ કર્યો છે. ઘૂંટણ બદલવો એ લીગામેન્ટ બેલેન્સીંગ ઓપરેશન છે જેમાં હાડકાના કટ્સનો ઉપયોગ કરાય છે. યોગ્ય ગોઠવણી એઓપરેશનની સફળતાની ચાવી છે.

A trader thought the anaesthesia bill for his bypass operation was too high. He went to see the anaesthetist. '20,000 rupees just to put me to sleep?' he fumed.
'It is like this', the anaesthetist explained. 'In our anaesthesia package we have two parts; Rupees 1,000 for putting you to sleep, and Rupees 19,000 for waking you up. If you had told me earlier I would have offered you only the rupees 1,000 part... but most of my patients prefer both the parts.'

મોટાભાગના સર્જન આરોપણની ગોઠવણી યોગ્ય રીતે થાય તે માટે પ્રયત્નશીલ રહે છે પણ તે ગોઠવણી ઓપરેશન સમયે સંપૂર્ણ યોગ્ય રીતે થઈ જ છે કે નહીં તે ચકાસવા તેમની પાસે કોઈ જ સાધનો હોતા નથી. આ એમઆરઆઈ-એક્સરે આધારિત ઘૂંટણની ઓપરેશનની પ્રક્રીયા દ્વારા માનવ શરીરરચનામાં આરોપણ માટે નિશ્ચિત સ્થાન શોધવામાં આવે છે જ્યાં આરોપણ કરવાથી સુનિશ્ચિત ગોઠવણી અને આરોપણ નક્કી કરી શકાય.

આ ગોઠવણીમાં આરોપણ દર્દીના કોતરેલ નામ વાળા બાયોઈન્સર્ટ પ્લાસ્ટીકના બ્લોક દ્વારા કરવામાં આવે છે અને તે જે-તે દર્દીની થાપા અને પગના નળાના હાડકાની અનન્ય રચનાને મેળ ખાતી (બંધબેસતી) હોય છે. દરેક ઘૂંટણ અલગ હોય છે અને સામાન્ય રીતે સર્જન બધા જ ઘૂંટણ પ્રત્યારોપણ માટે એક જ પ્રકારની પધ્ધતિ વાપરતા હોય છે, પણ આ પધ્ધતિથી સર્જન દરેક દર્દી માટે નિશ્ચિત પધ્ધતિનો ઉપયોગ કરી શકે છે.

મૂળભૂત ફાયદાઓ નીચે મુજબ છે -

- ઓપરેશનનો સમય ઘટે છે. ઓપરેશનમાં ૫૦ ટકા જેટલો સમય બચે છે.
- દર્દીની શરીરની રચના પ્રમાણે સુયોગ્ય ગોઠવણી અને અંગનું આરોપણ
- લોહીનો ઓછો વેડફાશ, ટીસ્યુ કાપવાની જરૂર પણ ઓછી.
- હોસ્પિટલમાંથી ત્રીજા જ દિવસે રજા (ઓપરેશન દરમ્યાન નાનો કાપો, ઓછું લોહી વેડફાશ અને જરૂર પુરતું જ એનેસ્થેશીયા અપાતું હોવાથી ઓપરેશનમાં નહીવત્ દુખાવો અને ઝડપથી સાજા થઈ જવાય છે).
- ચેપ લાગવાની કોઈ સંભાવના જ નહીં કેમ કે દરેક દર્દી માટે નવોજ જિગ (ઘૂંટણ) તૈયાર કરવાતો હોય છે.

Knee Replacement હવે ઓસ્ટિઓઆર્થાઈટસના ફેરફારો થયા હોય તેવા યુવા દર્દીઓમાં પણ કરવામાં આવે છે. પારંપરિક ઘૂંટણ આરોપણના ઓપરેશનમાં મેટાલીક એલોય (મિશ્રધાતુ), રૂપેરી ક્રોમિયમ કે સ્ટેઈનલેસ સ્ટીલનો બનેલો ઘૂંટણ ઉપયોગમાં લેવાતો જે પ્રાયઃ કરીને ૧૮-૨૦ વર્ષની જ આવરદા ધરાવે છે, પણ હવે એક નવી આશા ઉભરી છે.

હવે અમે ઓક્સિનિયમ ઘૂંટણ આરોપણ શરૂ કર્યુ છે જે ૩૦ વર્ષ સુધી ચાલે છે (યુએસ એફડીએ પ્રમાણિત). ઓક્સિનિયમ એ ઝિર્કોનિયમમાંથી તૈયાર થયેલ મિશ્રધાતુ છે જેની પર ઓક્સિજનને શોષી લે તેવી પ્રક્રીયા કરાયેલ છે જેથી કરીને તેની સપાટી પર સીરામીક આવરણ છે.

પરીણામે તે સીરામીક અને મિશ્રધાતુના ઉત્તમ ગુણો ધરાવે છે અને બંનેના ગેરલાભોને દૂર કરવામાં આવ્યા છે. ઓક્સિનિયમ આરોપણ તૂટે નહીં તેવી ધાતુ ધરાવે અને સાથે સાથે સીરામીકના કારણે હલન-ચલન ખૂબ જ આરામદાયક રહે છે. તે પારંપરિક ઘૂંટણ આરોપણ કરતાં ૪૯૦૦ ગણી ઘસરકા પ્રતિરોધકતા ધરાવે છે (વીટ્રો લેબના અભ્યાસ આધારિત). ઓક્સિનિયમ આરોપણનો સૌથી મોટો લાભ તેની લાંબી આવરદા છે જે ખાસ કરીને યુવા દર્દીઓ માટે તદ્દન યોગ્ય છે.

સૌજન્ય : ડૉ. અમીર સંઘવી ડૉ. અતીત શર્મા
ડૉ. હેમાંગ અંબાણી ડૉ. ચિરાગ પટેલ

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences
Joint Replacement Department
Shree Orthocare
Strength in Togetherness
One of the best operation theatres in India
FREE CONSULTATION
KNEE & HIP
Joint Replacement Camp
A camp designed to assist you with your Joint Replacement surgeries.
Dr. Hemang Ambani +91 98250 20120 | Dr. Chirag Patel +91 98250 24473
Dr. Amir Sanghavi +91 98250 66013 | Dr. Ateet Sharma +91 98240 61766
16th-30th January, 2012 2.00 pm to 4.30 pm
X-Ray 50 % OFF
Pathology 50 % OFF
Counselling FREE
CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, A'bad - 380060
For Appointment call : +91-79-3010 1200, 3010 1008 Time : 9 am to 5 pm
Please bring this magazine with you to avail this discount offer

Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

કેર ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ મેડિકલ સાયન્સીઝ સીમ્સ હોસ્પિટલ

સંપૂર્ણ સારવાર એક જ સ્થળ પર

પ્રિમિયર મલ્ટી-સુપર સ્પેશિયાલીટી ગ્રીન હોસ્પિટલ
આપનો વિશ્વાસ...અમારી સારવાર

કેર ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ મેડિકલ સાયન્સીઝ એ અમદાવાદના હાર્દસમા વિસ્તારમાં ૧૫૦ બેડ ધરાવતી અતિ આધુનિક ઉપકરણોથી સજ્જ એક અદ્વિતિય મલ્ટી સ્પેશિયાલીટી હોસ્પિટલ છે.

સેવન સ્ટાર હોસ્પિટલ સાથે સેવન સ્ટાર સેવાઓ, વ્યાજબી દરે

૧૪ મહીનામાં સીમ્સ હોસ્પિટલે હાંસલ કરેલ સિધ્ધિઓ

- ૫૮,૦૦૦ સંતુષ્ટ દર્દીઓ
- ૩૨,૦૦૦ ઓપીડી મુલાકાત
- ૭૩૦૦ કોરોનરી એન્જિયોગ્રાફી
- ૨૭૦૦ એન્જિયોપ્લાસ્ટી અને અન્ય પ્રોસિજર્સ
- ૮૩૦ નોન-કાર્ડિયાક સર્જરી
- ૨૨૦૦ થી વધારે ડાયાલિસીસ પ્રથમ વર્ષમાં
- ૧૦૦૦ થી વધારે ઓપન હાર્ટ/વાસ્ક્યુલર સર્જરી
- વર્ષ (૨૦૧૦-૨૦૧૧)ના ગાળામાં વિક્રમી ૯૦૦૦ નવા દાખલ દર્દી (એડ્મિશન)

ગુજરાત રાજ્યમાં પ્રાઇવેટ હોસ્પિટલની શરૂઆતના પ્રથમ વર્ષમાં સૌથી વધારે એડમિશન

CIMS® Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... we care

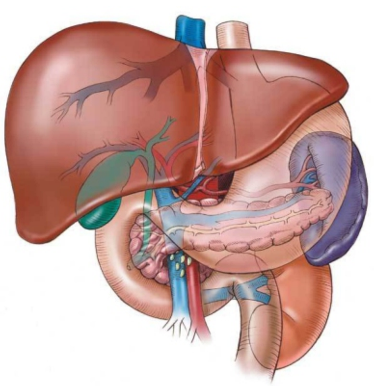
સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૨૦૦, ૩૦૧૦ ૧૦૦૮ (મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૧ ઇમેલ : opd.rec@cims.me
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫(૫ નંબર) ફેક્સ: +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
ઇમેલ : info@cims.me વેબ: www.cims.me

CIMS News
Care & Cure
Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

ઓન્કોસર્જરી દ્વારા કેન્સરની સારવાર

માનવ શરીર લાખો કોષોથી બનેલું હોય છે. કેન્સર એક એવી બીમારી છે, જેમાં શરીરનાં કેટલાક કોષ અનિયંત્રિત થઇને અસામાન્ય રીતે અન્ય તંતુઓને હાનિ પહોંચાડે છે. આ કેન્સરગ્રસ્ત કોષ શરીરનાં અન્ય ભાગોમાં પણ ફેલાઇ શકે છે.



સીમ્સ હોસ્પિટલના કેન્સર સર્જન ડૉ. અશોક પટેલ જણાવે છે કે, 'તમાકુનું સેવન, વધુ પડતો ચરબીવાળો ખોરાક, સૂર્યનાં અલ્ટ્રાવાયોલેટ કિરણો, વાયરસ, રાસાયણિક ઉદ્યોગો વિગેરે કેન્સર માટે જવાબદાર છે. કેન્સર વારસામાં મળે એ શક્યતા સૌથી વધુ રહેલી છે. દા.ત. જો કોઇને લીવરનું કેન્સર હોય તો તેના પછીની પેઢીને કેન્સર થવાની ૯૦ ટકા શક્યતા રહેલી છે. કેન્સર શરીરમાં ઝડપથી ફેલાય છે પરંતુ જો દર્દીને યોગ્ય સમયે અને ઝડપી સારવાર આપવામાં આવે તો તે દૂર પણ કરી શકાય છે. કેન્સરનાં દર્દીને મેડિકલ, સર્જિકલ, રેડિયોલોજી, ઓન્કોલોજી વિગેરે જેવી સારવાર એક જ છત નીચે મળી રહે તો તેનો ઉપચાર કરવો સરળ બને છે'. સીમ્સ હોસ્પિટલ આ બાબત ધ્યાનમાં રાખીને આ તમામ સગવડ પૂરી પાડે છે. ડૉ. અશોક જણાવે છે કે અહીં દરેક પ્રકારનાં કેન્સરનાં નિષ્ણાંત ડોકટર્સ છે, જટીલ પ્રકારના કેન્સર માટે કીમોથેરાપી, જડબાં, સ્તન તેમજ અન્ય ક્ષતિગ્રસ્ત અંગોને સ્થાને કૃત્રિમ અંગ પ્રત્યારોપણ પણ અહીં શક્ય છે. સીમ્સ હોસ્પિટલમાં દર અઠવાડીયે વધારે સંખ્યામાં કેન્સરની સર્જરી થાય છે. તદુપરાંત આ હોસ્પિટલ ડોકટર્સ દ્વારા બાંધવામાં આવી છે અને દર્દીઓની જરૂરિયાતોને સમજી શકવાને કારણે અહીં દર્દીઓની તમામ પ્રકારની સગવડો સચવાઇ રહે છે.

સ્ત્રીઓને મોટેભાગે બ્રેસ્ટ કેન્સર અને ગર્ભાશયનું કેન્સર થાય છે. દર વર્ષે આશરે ૮૦,૦૦૦ સ્ત્રીઓ આ બીમારીનો ભોગ બને છે. સીમ્સનાં કેન્સર સર્જન ડૉ. જે. ડી. પટેલ જણાવે છે, 'બ્રેસ્ટ કેન્સર સામાન્ય રીતે ૩૫ વર્ષની ઉંમર બાદ થાય છે. તેથી આ ઉંમર પછી દરેક સ્ત્રીઓ મેમોગ્રાફી કરાવવી જોઇએ. આપણે ત્યાં આ રોગ પરત્વે મહિલાઓ દ્વારા દાખવવામાં આવતી બેદરકારીને કારણે આ રોગ વધવા પામ્યો છે. સારવાર કેન્સરની ગાંઠ અને તેના કદ, કેન્સરનો તબક્કો અને ફેલાવો, લેબોરેટરી રિપોર્ટના આધારે કેન્સરનો આકાર અને સ્ત્રીની ઉંમર જેવી પરિસ્થિતિઓને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવે છે'.

સૌજન્ય

ડૉ. અશોક પટેલ (મો) + ૯૧-૯૮૨૫૦ ૨૦૫૪૪	**ડૉ. મહેશ પટેલ** (મો) + ૯૧-૯૮૨૫૦ ૦૬૩૧૯
ડૉ. જે. ડી. પટેલ (મો) + ૯૧-૯૮૨૫૦ ૩૭૮૯૧	**ડૉ. હેમંત શુક્લા** (મો) + ૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૨૨૫૪

સીમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા આપવામાં આવતી સેવાઓ

- કેન્સર સારવાર
- કાર્ડિયોલોજી (ઝડપી એન્જિયોગ્રાફી ફક્ત ૭ સેકન્ડમાં)
- કાર્ડિયો-થોરેસિક સર્જરી (૩ ઈંચના કાપા સાથે મીક્સ બાયપાસ સર્જરી)
- ક્રીટીકલ કેર
- ડેન્ટીસ્ટ્રી (દંત ચિકત્સા)
- ઇ.એન.ટી.
- ફીટલ મેડિસીન
- પેટ, આંતરડા અને લીવરના રોગોની સારવાર અને સર્જરી
- જનરલ સર્જરી
- ગાયનેકોલોજી અને ઓબ્સ્ટેટ્રીક્સ (સ્ત્રી રોગ વિભાગ)
- હાઇ-રીસ્ક પ્રેગ્નેન્સી યુનિટ (પ્રસુતિ વિભાગ)
- હિમેટો ઓન્કોલોજી (લોહીનો વિકાર અને કેન્સર)
- ચેપ અને એચઆઇવી બીમારીઓ
- જોઇન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ સર્જરી (સાંધા બદલવાની સર્જરી)
- લેપ્રોસ્કોપિક સર્જરી
- નીઓનેટોલોજી(નવજાતશીશુ) અને પીડિયાટ્રીક્સ(બાળકોના રોગો)
- નેફ્રોલોજી (કીડનીના રોગો)
- ન્યુરોલોજી (મગજના રોગો)
- ન્યુરોસર્જરી
- ઓબેસીટી મેનેજમેન્ટ (સ્થૂળતા નિયંત્રણ)
- ઓન્કોલોજી અને ઓન્કો સર્જરી
- ઓર્થોપેડિક્સ/આર્થરોસ્કોપી અને સ્પોર્ટ્સ મેડિસીન
- પેઇન ક્લિનિક
- પીડિયાટ્રીક સર્જરી (બાળ રોગ સર્જરી)
- ફિઝિયોથેરાપી અને રીહેબિલીટેશન
- પલ્મોનોલોજી (ફેફસાના રોગો)
- સ્લીપ મેડિસિન
- સ્પાઇન સર્જરી (કરોડરજ્જુ અને મણકાના રોગ)
- ટ્રોમા સારવાર
- યુરોલોજી (પથરી, પ્રોસ્ટેટ અને કિડનીના રોગો)
- વાસ્ક્યુલર સર્જરી

CIMS Kids

Department of Neonatology & Pediatric Critical Care

CIMS KIDS : Dedicated to the smallest of life.

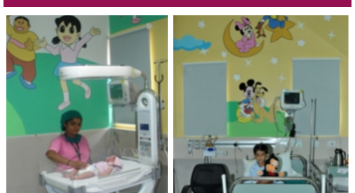
We are determined to provide comprehensive health care services for children, regardless of how complex their problems may be...

A truly One Stop "Neonatal & Pediatric Critical Care Services"

All pediatric super speciality services under one roof

- Early stimulation therapy for new born
- Neonatal & Pediatric Cardiac Surgery
- Gastroenterology
- Nephrology
- Neurology
- Neurosurgery
- Surgery & Laparoscopic Surgery
- Trauma Care
- Hematology & Oncology
- Endocrinology

A 12 bed highly advanced NICU, 5 bedded state-of-the-art PICU



Comprehensive & child friendly environment

We deliver STATE-OF-THE ART PEDIATRIC CRITICAL CARE SERVICES

With support from Reeta Keyur Parikh Charitable Trust

Dr. Amit Chitaliya (M) : +91-90999 87400
Neonatologist and Pediatric Intensivist

Emergency No.
+91-98244 50000, 97234 50000

SECONDS SAVE LIVES !

CIMS® Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... We Care

CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.
For appointment call : +91-79-3010 1200, 3010 1008
Mobile : +91-98250 66661
Ph. : +91-79-2771 2771-75 (5 lines)
www.cims.me

CIMS Trauma Center

If it is **Trauma,** (Injury / Accident) it is CIMS +91-98244 50000

Every second counts when it is an emergency

Injuries are the leading cause of death and disability in children and adults.

Innumerable household injuries result in situations of trauma which require immediate medical help

ઘરના નાના-મોટા અકસ્માતોના ઇલાજો માટે સીમ્સ ટ્રોમા સેન્ટર

The only centre in Western India to have protocol based management of Trauma (ATLS protocols)

- 10-bedded state-of-the-art trauma department with full back-up.
- Emergency operation theatre for trauma patient for urgent surgery (24 x 7) & 6 other state-of-the-art O.T.
- Well trained and efficient nursing staff and doctors.
- Full time trauma surgeon to take care of the patients continuously and dedicatedly.

Dr. Sanjay Shah (M) +91-98980 00265
Director & Consultant, CIMS Trauma Center

Supported by Palash Patel Foundation

CIMS® Care Institute of Medical Sciences

FREE CPR Classes

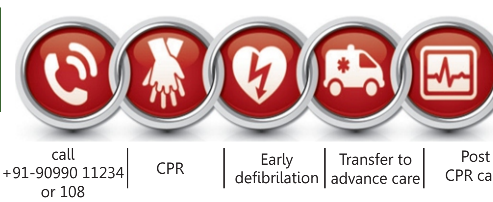
શું તમારી આજુ-બાજુમાં કોઇનું હૃદય એકાએક બંધ પડી ગયુ છે ?
કોઇ બેહોશ થઇ ગયુ છે ? કોઇનો શ્વાસ રૂંધાઇ ગયો છે ?

તો તમે સીપીઆર શીખીને એક અમૂલ્ય જિંદગી બચાવી શકો

(કાર્ડિયોપલ્મોનરી રેસસીટેશન / કાર્ડિયાક મસાજ)

સીપીઆર વ્યક્તિને આપવામાં આવતી તાત્કાલિક સારવાર પ્રક્રિયા કે જે કોઇપણ સામાન્ય વ્યક્તિ શીખી અને અપનાવી શકે છે.

સીમ્સ હોસ્પિટલમાં દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ૨ કલાક માટે સીપીઆર ના ક્લાસનું આયોજન કર્યુ છે. સમય : સવારે ૧૦ થી ૧૨



સીમ્સ ક્રિટીકલ કેર ટીમ
ડો. વીપુલ ઠક્કર (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૫
ડો. ભાગ્યેશ શાહ (મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૮

Contact for registration / રજીસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક કરો (M : +91-9099066527)

CIMS News
Care & Cure
Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

સ્વાસ્થ્ય અને સ્વાદ

વેજિટેબલ પુડલા

સામગ્રી (૩થી ૪ વ્યક્તિ માટે) :

- ચણાનો લોટ - ૨૫૦ ગ્રામ
- વટાણા - અડધો કપ
- બટાકા - ૨ નંગ
- ટામેટાં (ઝીણા સમારેલાં) - અડધો કપ
- ગાજર - અડધો કપ
- કાંદા (ઝીણા સમારેલા) - ૧ નંગ
- ઝીણા સમારેલા ધાણા
- તવી પર લગાવવા થોડું તેલ

મિક્સ કરવાનો મસાલો

આદુ-મરચાં (વાટેલા), લાલ મરચું, ગરમ મસાલો, મીઠું, હીંગ, લીંબુનો રસ (થોડો)

રીત : કોબીજ, વટાણા, ગાજર તથા બટાકાને કૂકરમાં ૧૦ મિનિટ બાફી ત્યાર બાદ તેનો માવો કરવો. ચણાના લોટમાં શાકનો માવો, કાંદા તથા ટામેટાં અને ધાણા મિક્સ કરવાં. મિક્સ કરવાના તમામ મસાલા સ્વાદ પ્રમાણે નાખી જરૂરી પાણી ઉમેરી પાતળું ખીરું તૈયાર કરવું. નોનસ્ટિક તવી પર થોડું તેલ લગાવી ખીરું રેડી તવીને ગોળ ફેરવી ખીરું પાથરવું. બંને બાજુ આછું તેલ લગાવી પુડલો પકાવવો અને પછી દહીં સાથે ગરમાગરમ પુડલાનો સ્વાદ માણવો.

નોંધ : વધારે પૌષ્ટિક બનાવવા તેમાં ચણાના લોટની જગ્યાએ મિક્સ દાળ (અડદ દાળ, તુવેર દાળ, મગની ફોતારાવાળી દાળ, ચણા દાળ) લઈ શકાય, પરંતુ તેમાં દાળને પાંચ કલાક પલાળીને મિક્ષરમાં પીસીને ગ્રેવી બનાવીને વાપરવી. આ વાનગીમાંથી આપણને એકસાથે પ્રોટીન, કાર્બોહાઇડ્રેટ્સ અને રેસા (ફાઇબર) મળતાં હોવાથી સવારના નાસ્તામાં ખૂબ જ ઉપયોગી રહેશે.

An interesting fact

At the famous temple of Somnath, which stands at the seashore in Saurashtra (Gujarat), is a pillar facing the Arabian Sea. This pillar is constructed on such a spot that no land comes between the pillar and the South Pole.

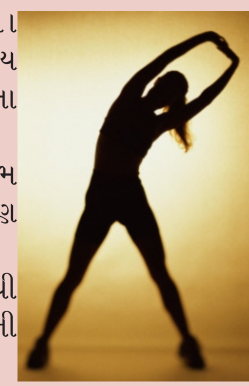
કસરત કરવી અઘરી નથી

કસરતનો કાર્યક્રમ : માંદી વ્યક્તિઓ કે મોટી ઉંમરની વ્યક્તિઓ માટે જ નહિં પરંતુ તંદુરસ્ત વ્યક્તિઓ માટે પણ યોગ્ય આયોજનવાળો કસરતનો કાર્યક્રમ સુંદર પરિણામ લાવે છે. તેનાથી કાર્યક્ષમતા વધે છે.

આ કાર્યક્રમના ૩ વિભાગ છે : ૧. વૉર્મ-અપ સમય
૨. એરોબિક એક્સરસાઇઝનો સમય
૩. કૂલ-ડાઉન સમય

વૉર્મ-અપ અને કૂલ-ડાઉન સમયગાળા માટેની ચર્ચા આ અંકમાં કરીશું. આવતી વખતે આપણે એરોબિક એક્સરસાઇઝ વિશે ચર્ચા કરીશુ.

વૉર્મ-અપ પિરિયડ : વૉર્મ-અપનો હેતુ કસરત કરતા પહેલાં શરીરને કસરતને અનુકૂળ કરવાનો છે. વૉર્મ-અપ કસરતના કારણે નીચે પ્રમાણેના ફેરફારો થાય છે.



૧. સ્નાયુઓના તાપમાનમાં વધારો થાય છે, જેના કારણે સ્નાયુઓની સંકોચન કાર્યક્ષમતામાં વધારો થાય છે.
૨. આ જ કારણે લોહીમાંના હિમોગ્લોબીનમાંથી પ્રાણવાયુ વધુ ખેંચાય છે અને આ રીતે સ્નાયુઓને જોઈતા પ્રમાણમાં શક્તિ મળે છે.
૩. લોહીનું ભ્રમણ વધે છે અને તેમાંથી કામ કરતા સ્નાયુઓમાં પ્રાણવાયુનું પ્રમાણ તાત્કાલિક રીતે વધે છે.
૪. સ્નાયુઓની સ્થિતિસ્થાપકતા વધવાથી સ્નાયુ અથવા હાડકાંને નુકસાન થવાની શક્યતાઓ ઘટે છે.
૫. હૃદયને લોહી વધારે મળે છે અને હૃદયના ધબકારા વધ-ઘટ થવાની શક્યતામાં ઘટાડો થાય છે.

વૉર્મ-અપ કસરતો ધીમે ધીમે વધે તેવી (ગ્રેજ્યુઅલ) હોવી જોઈએ છતાં તેના લીધે શરીરનું અને સ્નાયુઓનું તાપમાન વધે તેટલી હોવી જોઈએ પણ થાક કે અશક્તિ ન લાગવી જોઇએ. તેના માટે લગભગ ૧૦ મિનિટ સુધી આખા શરીરનું હલનચલન તથા સ્ટ્રેચિંગ જરૂરી છે.

કૂલડાઉન પિરિયડ : કૂલડાઉન કસરતો નીચેનાં કારણો જરૂરી છે.

૧. તેનાથી પગમાં લોહી ઠંડું નથી પડી જતું અને 'વિનસ રિટર્ન' જળવાઈ રહે છે.
૨. હૃદય તથા મગજ તરફ લોહીનો પ્રવાહ વધવાથી ચક્કર આવવાના કે બેભાન થવાના સંજોગો રહેતા નથી.
૩. માયોકાર્ડિયલ ઇસ્કીમિયા (હૃદયને લોહી ઓછું મળવું), એરિધમિયા (ધબકારાના વધ-ઘટ) અથવા બીજા કોમ્પિલકેશન અટકાવે છે.

કૂલડાઉન માટે ૧૦ મિનિટની કસરત આખા શરીરનું હલન-ચલન થાય તેમ કરવી જરૂરી છે.

Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

News at CIMS

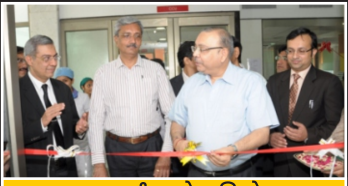
CIMS celebrated its Annual Day on December 10, 2011.

The week-long activities conducted as a part of the celebrations inspired great enthusiasm amongst the staff. Sports like cricket, carom, etc. and games like treasure hunt, one-minute games were organized for all staff to take part in.

On December 10, a 4-hour musical program was held wherein staff members got the opportunity to showcase their talents in singing, dancing, etc. The Annual Day helped inspire motivation and oneness amidst each member of CIMS and work as a one, big Family.

નવેમ્બર ૨૦, ૨૦૧૧ના રોજ સીમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા યોજાયેલ ક્રિટીકલ કેર, ટ્રોમા સેન્ટર અને ઇમરજન્સી વિભાગના શુભ ઉદ્દ્ઘાટનની એક ઝલક

માન. શ્રી અસિત વોરા



માન. શ્રી રાજેશ કિશોર

માન. શ્રી ડો. શરદ વ્યાસ

પલાશ પટેલ ફાઉન્ડેશનના સહયોગથી

સીમ્સ હેલ્થ ચેક-અપ ડિસ્કાઉન્ટ કુપન્સ

ફેબ્રુઆરી ૨૯, ૨૦૧૨ સુધી જ માન્ય

સીમ્સ
એડવાન્સ્ડ પ્લસ-૧
હેલ્થ ચેક-અપ
ફક્ત ₹ ૧૫૦૦૦/-

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૧૮૦૦૦/-
૪૩ ટેસ્ટ જેમાં સમાવિષ્ટ છે
એડવાન્સ્ડ સીટી સ્કેન કેલ્સીયમ સ્કોરીંગ, એન્ડોસ્કોપી (લોઅર), ઇકો, ટીએમટી, છાતીનો એક્સ-રે, કેરોટીડ ડોપ્લર અને બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન સાથે લાવવી જરૂરી છે

ફેબ્રુઆરી ૨૯, ૨૦૧૨ સુધી જ માન્ય

સીમ્સ
કોમ્પ્રીહેન્સીવ
હેલ્થ ચેક-અપ
ફક્ત ₹ ૪૨૦૦/-

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૫૦૦૦/-
૨૧ ટેસ્ટ જેમાં સમાવિષ્ટ છે
કાર્ડિયો ડાયાબિટીક, ઇકો, ટીએમટી, છાતીનો એક્સ-રે અને બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન સાથે લાવવી જરૂરી છે

ફેબ્રુઆરી ૨૯, ૨૦૧૨ સુધી જ માન્ય

સીમ્સ
વીમેન વેલનેસ
હેલ્થ ચેક-અપ
ફક્ત ₹ ૨૦૦૦/-

Think RED for Women

(નિયમિત ચાર્જ ₹ ૨૫૦૦/-
૧૮ ટેસ્ટ જેમાં સમાવિષ્ટ છે
છાતીનો એક્સ-રે, મેમોગ્રાફી, પેપ સ્મીઅર, અલ્ટ્રા સાઉન્ડ એબ્ડોમીન અને બીજુ ઘણુ બધુ)

ડિસ્કાઉન્ટ માટે આ કુપન સાથે લાવવી જરૂરી છે

CIMS Care Institute of Medical Sciences
At CIMS... we care

વધુ માહિતી માટે સંપર્ક કરો +૯૧-૭૯-૩૦૧૦ ૧૦૮૮ સમય : સવારે ૯.૦૦ થી ૫.૦૦
સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ઇમેલ : info@cims.me વેબ: www.cims.me

CIMS News
Care & Cure
Volume-2 | Issue-17 | December 25, 2011

CIMS
Care Institute of Medical Sciences

CIMS News Care & Cure Registered under RNI No. GUJBIL/2010/39100
Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the last date of every month under
Postal Registration No. GAMC-1813/2011-2013 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2013

If undelivered Please Return to

CIMS Hospital

Nr. Shukan Mall, Off Science City Road,

Sola, Ahmedabad-380060.

Phone : +91-79-2771 2771-75 (5 lines)

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 : +91-79-3010 1059 / 3010 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

Printed, Published and Edited by Preeta Chag
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.