CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

CIMS News
Care & Cure

Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

Price : ₹ 5/-

અંદરના પાને...

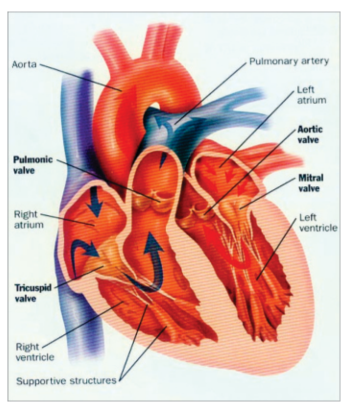
- હાર્ટ એટેકમાં જીવ બચવાની શક્યતા વધારતી સારવાર : પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી
- મુખ્ય ધમનીમાં સોજો (એઓર્ટિક એન્યુરિઝમ)
- હર્નિયાનું ઓપરેશન લેપ્રોસ્કોપીથી શા માટે ?
- પેશાબનું (યુરીનરી) લીકેજ – ક્ષોભજનક છે, પણ શું આપને ખબર છે કે તેનો ઉપાય શક્ય છે?

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

હાર્ટ ઍટેકમાં જીવ બચવાની શક્યતા વધારતી સારવાર : પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી

હૃદયને લોહી આપતી મુખ્ય ત્રણ ધમનીઓ હોય છે. બ્લડપ્રેસર, ડાયાબીટીસ, તમાકુના સેવન, તાણ, બેઠાડું જીવન તથા હાઈ કોલેસ્ટોરલ (લોહીમાં ચરબીનું ઊંચુ પ્રમાણ) વગેરેને કારણે ધમનીઓ (નળી) સાંકડી થતી જાય છે. ઓચિંતા આ ધમનીઓ માં લોહીનો ગઠ્ઠો જામી જવાથી હૃદયના અમુક ભાગને લોહી મળતું એકાએક બંધ થઈ જાય છે. રક્ત પરિભ્રમણની ગેરહાજરીમાં હૃદયના સ્નાયુઓ મરવા માંડે છે. દર્દીને છાતીમાં દુ:ખાવો, ભીંસ, દબાણ, રૂંધામણ, શ્વાસ ચડવો, ઉલટી-ઉબકા, ડાબા હાથમાં દુ:ખાવો અને બેહોશ થઈ જવા જેવા લક્ષણો જોવા મળે છે. આ પરિસ્થિતિમાં એમ્બ્યુલન્સ બોલાવીને તાત્કાલિક હોસ્પિટલના ઈમરજન્સી રૂમમાં પહોંચી જવું જોઈએ. ડોકટરને ઘેર બોલાવવાનો આગ્રહ રાખવો જોઈએ નહિ, કારણ કે હૃદય રોગનો હુમલો થાય તે પછીની પ્રત્યેક ક્ષણ મહત્વની છે. એટેક પછી કેટલી ઝડપથી સારવાર મળે છે તેના ઉપર સારવારના પરિણામનો આધાર છે.



આવા કેસમાં ગેસ કે અપચો થયો છે તેવી ખોટી ધારણામાં સમય ગુમાવ્યા વગર હોસ્પિટલમાં દાખલ થઈ જવું જોઈએ, કારણ કે હુમલાના પ્રથમ કલાકમાં જ ૩૦ થી ૪૦ ટકા લોકો મૃત્યુ પામે છે. હોસ્પિટલે પહોંચ્યા પછી સારવાર મળવા છતાં ૫ થી ૧૦ ટકા લોકો મૃત્યુ પામે છે. આથી આ બિમારીની ગંભીરતા સમજવી અનિવાર્ય છે.

દર્દી ઍટેકની હાલતમાં હોય ત્યારે પ્રાથમિક સારવારના ભાગરૂપે ઓક્સિજન, લોહી પાતળું કરવાની દવા (એસ્પિરીન-ક્લોપીડોગ્રેલ), નાઇટ્રેટ તથા અન્ય દવાઓ આપવામાં આવે છે. હાર્ટ ઍટેકની ચોક્કસ સારવાર તરીકે લોહી પાતળું કરવાનું ખાસ ઈન્જેક્શન સ્ટ્રેપ્ટોકાઈનેઝ/ટી.પી.એ આપવામાં આવે છે. આ દવા પહેલા ત્રણ કલાકમાં જ અસરકારક છે, તે પણ ૫૦ થી ૬૦ ટકા કિસ્સામાંજ. એકવાર ૩ કલાક પસાર થયા પછી આ દવા લાગુ પડવાની શક્યતા નહીંવત્ત થઈ જાય છે. જો દવા લાગુ પડે તો રોગના લક્ષણો શાંત થઈ જાય છે તથા ધબકારા અને બ્લડપ્રેસર સામાન્ય થાય છે. આવા ઘણાં કિસ્સામાં એક કે બે દિવસની અંદર એન્જિયોગ્રાફી અને ત્યાર પછી આગળની સારવાર તરીકે એન્જિયોપ્લાસ્ટી અથવા બાયપાસ કરવાની જરૂર ઉભી થાય છે.

આ દવાઓ આપવા છતાં ઘણાંખરા કિસ્સામાં હૃદયનું પંપીંગ નબળું પડી જાય છે. તેથી જ આજના જમાનામાં, આ ઈન્જેક્શનના બદલે ચાલુ હાર્ટ ઍટેક દરમ્યાન દર્દીની એન્જિયોગ્રાફી લઈ તાત્કાલિક એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરીને સ્ટેન્ટ મૂકવામાં આવે છે. આ પ્રક્રિયાને પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

આ પ્રકારની સારવારમાં ૧૦૦ માંથી ૯૫ કે ૯૬ ટકા દર્દીઓને ખૂબ ઝડપથી ફાયદો મળે છે. ફરીથી ઍટેકની શક્યતા ઘટે છે અને હૃદયની કાર્યક્ષમતા જળવાઈ રહે છે. ભારતમાં વર્ષ ૨૦૦૦ થી આ પધ્ધતિ વ્યાપક પ્રમાણમાં શરૂ થઈ છે. ગુજરાતમાં પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી શરૂ કરવાનું શ્રેય હાલના સીમ્સ હોસ્પિટલના ડોકટરોને જાય છે. આ એન્જિયોપ્લાસ્ટી પછી ૨૪ કે ૪૮ કલાક આઈ.સી.યુ માં ઘનિષ્ઠ સારવાર આપવામાં આવે છે. તે દરમ્યાન બીટા બ્લોકર, એસીઈ ઈન્હિબીટર, ડાયુરેટિક, સ્ટેટીન વગેરે દવાઓ આપવામાં આવે છે. સફળ પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટી થતાં દર્દી ૨૪-૪૮ કલાક પછી સામાન્ય પ્રવૃત્તિ કરતો થઈ જાય છે. ૫ થી ૭ દિવસ પછી લગભગ પૂર્વવત્ત કાર્ય કરતો થઈ જાય છે. હાર્ટ ઍટેકના લગભગ દરેક કિસ્સામાં આ સારવાર સચોટ અને લાંબાગાળે કિફાયતી પૂરવાર થાય છે.

વિશ્વમાં અત્યાર સુધી ૩૦ થી વધુ સંશોધનો દ્વારા નિર્વિવાદપણે પૂરવાર થયું છે કે પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટીની સારવાર લેનાર દર્દીનું જીવન બચવાની શક્યતા ખૂબ વધી જાય છે, લાંબુ આયુષ્ય મળે છે અને જીવનની ઊંચી ગુણવત્તા જળવાઈ રહે છે. દર્દી પોતાની નોકરી, વ્યવસાય, ઈતર પ્રવૃત્તિ, મુસાફરી, રમતગમત,કસરત વગેરે ખચકાટ વગર જીવનભર કરી શકે છે. પમ્પીંગ સારૂં રહેતાં આત્મવિશ્વાસ પૂર્વવત્ત જળવાઈ રહે છે. કોઈપણ ઓપરેશનની જેમ પ્રાયમરી એન્જિયોપ્લાસ્ટીમાં જોખમ ચોક્કસ છે, પણ જોખમની તુલનામાં લાભ ઘણો છે. બીજા હાર્ટ ઍટેકનું જોખમ ૧૦ થી ૨૦ ટકાને બદલે ઘટીને ૧ થી ૨ ટકાથી પણ ઓછું થઈ જાય છે. જે દિવસે હાર્ટ ઍટેકના મોટાભાગના દર્દીઓને પ્રાયમરી એન્જીયોપ્લાસ્ટીની સારવાર મળતી થશે તે દિવસે હાર્ટ ઍટેકની સારવારના ક્ષેત્રે વાસ્તવિક ક્રાંતિ થયેલી ગણાશે, કારણ કે એનાથી મૃત્યુ દર ઘટશે.

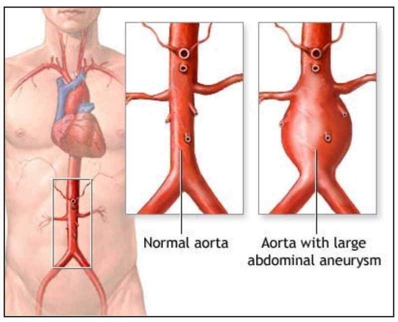
સૌજન્ય

ડૉ. અનિશ ચંદારાણા
MD, DM (Cardiology), FACC
ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડીયોલોજીસ્ટ
(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨
Email: anish.chandarana@cims.me

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

મુખ્ય ધમનીમાં સોજો (એઓર્ટિક એન્યુરિઝમ)

ધમનીમાં સોજો એ ધમનીની દિવાલ પર એક અસામાન્ય ઉપસેલો ભાગ છે (ધમની શરીર માટે ઓક્સિજનયુક્ત રક્તનો પુરવઠો પૂરો પાડે છે) સામાન્ય રીતે, ધમનીની દિવાલો જાડી અને મજબૂત હોય છે જે તેમને જબરજસ્ત પ્રમાણના દબાણની સામે પણ ટકાવી રાખે છે. તેમ છતાં, ક્યારેક ધમનીની દિવાલમાં કોઈ નબળો વિસ્તાર વિકાસ પામે છે. તે ધમનીની બહાર દબાણ કરે છે, જે એક ગાંઠ કે ફુગ્ગા જેવો વિસ્તાર સર્જે છે, તેને 'સોજો (એન્યુરિઝમ)' કહેવાય છે.



સોજો કોઈપણ નસમાં આવી શકે છે પરંતુ સામાન્ય રીતે તે મહાધમનીમાં થાય છે જે શરીરમાં સૌથી મોટી ધમની છે. તે હૃદયમાંથી આખા શરીરમાં લોહીનું વહન કરે છે. ધમનીમાં સોજો એ મુખ્ય બે સ્થળોએ થઈ શકે છે :

- પેટની ધમનીમાં સોજો પેટના ભાગમાં થાય છે
- છાતીની ધમનીમાં સોજો મહાધમનીમાં થતો જોવા મળે છે જે છાતીના પોલાણમાંથી પસાર થાય છે. તે પેટમાં ધમનીના સોજા કરતાં ઓછો સામાન્ય છે અને વધારે ખતરારૂપ છે.

સામાન્ય રીતે નાના ધમનીના સોજા જોખમી નથી. જો કે, ધમનીના સોજા જોખમમાં વધારો કરી શકે છે –

- ધમનીની દિવાલ પર રચાતું એથરોસ્કેલિરોટિક (ચરબી કે કોલેસ્ટેરોલ) આવરણ ધમનીની દિવાલને વધુ નબળી કરવાનું કારણ બને છે.
- તે જગ્યાએ લોહીનો ગઠ્ઠો થાય છે અને તે છુટો પડતાં સ્ટ્રોક (લકવા)ની શક્યતામાં વધારો થાય છે.
- જો આ સોજાના કદમાં વધારો થાય તો તે બીજા અંગો પર દબાણ લાવી શકે છે. જે દુખાવાનું કારણ બની શકે છે.
- ઉપસેલી (એન્યુરિઝમલ), ધમનીની દિવાલ પાતળી અને નાજુક હોય છે અને તણાવ હેઠળ તે ફાટી શકે છે. ધમનીના સોજામાં ભંગાણ એક આપત્તિજનક, જીવન માટે જોખમી ઘટના છે.

ધમનીમાં સોજો નીચેના કારણોથી આવી શકે છે –

- એથરોસ્કલેરોસિસ(ધમનીઓમાં કઠોરતા), જે ધમનીની દિવાલોને નબળી કરે છે
- હાઈ બ્લડપ્રેશર (ઉચ્ચ રક્તચાપ)
- ધમનીને સ્થાનિક ઈજા
- કોન્જેનિટલ (જન્મજાત) વિકૃતિ. જેમ કે મારફાન્સ સિન્ડ્રોમ અથવા જન્મસમયથી બાયકસ્પિડ એઓર્ટિક વાલ્વ
- ઉંમરને કારણે
- થોરેસિક એન્યુરિઝમ(છાતીની ધમનીમાં સોજો) માટે સિફિલિસને એક સામાન્ય કારણ ગણવામાં આવે છે.
- વધારે કોલેસ્ટ્રોલ ધરાવનાર દર્દીઓ અને ધૂમ્રપાન કરનારાઓમાં આવા સોજાની શક્યતા વધારે છે.

ધમનીમાં સોજા માટે તમામને બધા લક્ષણો જોવા મળતા નથી. પણ નીચેના લક્ષણો જોવા મળી શકે –

- છાતી, પેટ અને-અથવા પીઠની મધ્યમાં ખભાના વચ્ચેના ભાગમાં જબરજસ્ત પીડા
- છાતીમાં ધમનીમાં સોજા માટે શ્વાસમાં મુશ્કેલી, અવાજ બેસી જવો કે ઘોઘરો થઇ જવો, કફ(ફેફસાં અને વાયુનલિકાઓ ઉપર દબાણને કારણે), ગળવામાં મુશ્કેલી(અન્નનળી પર દબાણને કારણે)
- આઘાત, શૉક અથવા હાર્ટએટેક, એન્યુરિઝમમાં ભંગાણને કારણે બેભાન થવું

સારવાર

મોટાભાગના દર્દીઓને રોગની પ્રગતિ ધીમી થાય તે માટે એન્ટીહાયપરટેન્સિવ (બ્લડપ્રેશર નિયત્રંણ કરતી) દવાઓ પર મૂકવામાં આવે છે, કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડવા માટે દવાઓ આપવામાં આવે છે તથા ધૂમ્રપાન બંધ કરવુ પડે છે. પરંતુ એવા તમામ દર્દીઓ કે જેમનામાં ધમનીમાં સોજો મોટા પ્રમાણમાં હોય, તેવા દર્દીઓ અથવા એન્યુરિઝમના કદમાં ઝડપથી વધારો થતો હોય છે. માટે ઉપલબ્ધ સારવાર નીચે પ્રમાણે છે –

- ઓપન સર્જિકલ રિપેર (ખુલ્લી શસ્ત્રક્રિયા)
- એન્ડોવાસ્ક્યુલર રીપેર
- હાઈબ્રિડ સર્જરી(ઉપરના બંને વિકલ્પોની મદદથી)

આધુનિક તકનીકો સાથે મોટાભાગના દર્દીઓ ખૂબ જ સંતોષકારક પરિણામ મેળવે છે અને સક્રિય તથા કાર્યશીલ જીવન મેળવે છે. વર્તમાન યુગમાં એન્યુરિઝમ(ધમનીનો સોજો)ના પ્રકાર અને હદ પર આધારિત, ૫ થી ૧૦ ટકાની રેન્જમાં સર્જિકલ જટિલતાઓનું જોખમ રહેલું છે. અર્થાત ૯૦ થી ૯૫ ટકા કેસોમાં સફળતા મળે છે.

સૌજન્ય

ડૉ. સૌરભ જયસ્વાલ
MB, MS, MCh (CVTS)
કાર્ડિયોથોરાસીક અને વાસ્ક્યુલર સર્જન
(મો) +૯૧-૯૫૮૬૭ ૨૫૮૨૭
Email: saurabh.jaiswal@cimshospital.org

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

ક્રિટીકલ કેર મેડીસીન (ગંભીર બીમારીની સારવાર)

CIMS

ECMO (એક્સ્ટ્રાકોર્પોરીયલ મેમ્બ્રેન ઓક્સિજનેટર)

- ECMO એટલે કુત્રિમ ફેફસા અને હૃદયનું કાર્ય
- નવા જીવનની આશા
- અનુભવી નિષ્ણાતોની ટીમ ૨૪ x ૭

ECMO ગુજરાતની સર્વપ્રથમ અને એકમાત્ર હોસ્પિટલ

જ્યારે ડોક્ટર સારવાર કરે છે ત્યારે ECMO દર્દીને આધાર આપે છે

ડૉ. ભાગ્યેશ શાહ	(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૮
ડૉ. વિપુલ ઠક્કર	(મો) +૯૧-૯૦૯૯૦ ૬૮૯૩૫
ડૉ. હર્ષલ ઠાકર	(મો) +૯૧-૯૯૦૯૯ ૧૯૯૬૩

ઇન્ફેક્શીયસ ડિસીઝ (ચેપી રોગોની સારવાર)

CIMS

- HIV/AIDS નીદરેક પ્રકારની સારવાર
- જટીલ ટીબી (Tuberculosis) ની સારવાર
- ચેપી રોગ અટકાવવા માટે Immunization Clinic
- ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને કેન્સરના દર્દીઓમાં ચેપની સારવાર

દરેક રોગની સારવાર આંતરરાષ્ટ્રીય માર્ગદર્શિકા પ્રમાણે

ડૉ. સુરભી મદાન (મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૧

સીમ્સ હોસ્પિટલ અને શ્રી રામ ક્રિષ્ના હોસ્પિટલ, ગોંડલ દ્વારા નિ:શુલ્ક નિદાન કેમ્પનું આયોજન તા. ૨૪-૮-૨૦૧૪ના રોજ ગોંડલ ખાતે કરવામાં આવેલ હતું. જેમાં ૨૫૦થી વધારે દર્દીઓએ આ મેડિકલ કેમ્પનો લાભ લીધો હતો.

ડૉ. મિલન ચગ
કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. અનિશ ચંદારાણા
કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

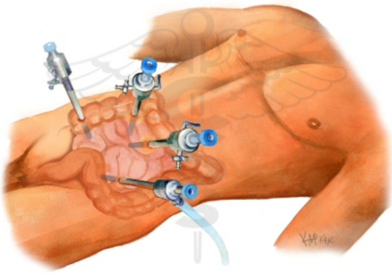
ડૉ. ધીરેન શાહ
કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. પુરવ પટેલ
ન્યુરો અને સ્પાઇન સર્જન

CIMS® Care Institute of Medical Sciences

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

હર્નિયાનું ઓપરેશન લેપ્રોસ્કોપીથી શા માટે ?



સરળ શબ્દોમાં કહીએ તો, હર્નિયા પેટની દિવાલની એક ક્ષતિ છે જેના દ્વારા પેટના અવયવો (આંતરડા, ઓમેન્ટમ એટલે કે પેટની ચરબી અને અન્ય અવયવો) બહાર નીકળે છે અને સોજા જેવું લાગે છે. સામાન્ય રીતે ખેંચ આવવાથી, ઉધરસ ખાવાથી, ચાલવાથી સોજો વધે છે અને તકલીફ અનુભવાય છે.

શું શસ્ત્રક્રિયા ફરજિયાત છે

હા તે ફરજિયાત છે. હર્નિયાની સારવાર માટે તે એકમાત્ર ઉપચાર છે. શસ્ત્રક્રિયા સિવાય હર્નિયા માટે કોઈપણ અન્ય સારવાર ન હતી, છે કે હશે. ઓપરેશનમાં વિલંબ કરવાથી હર્નિયા મોટું થઈ શકે છે અથવા આંતરડાના તે હિસ્સામાં અવરોધ કે ભીંસને કારણે ગેંગરીન જેવી જટિલતા ઉભી થઈ શકે છે જેને કારણે તાત્કાલિક ઓપરેશનની સ્થિતિ ઉભી થઈ શકે છે. આવી જટિલતાઓ દરમ્યાન હર્નિયાના સારવાર ઉપરાંત શસ્ત્રક્રિયા દ્વારા ગેંગરીન થયેલ આંતરડાને પણ દૂર કરવું પડે છે જેનાથી શસ્ત્રક્રિયાનું અને (જાળીના) ઈન્ફેક્શનનું જોખમ વધે છે.

શું લેપરોસ્કોપિથી હર્નિયાની વધુ સારી સારવાર થઈ શકે છે

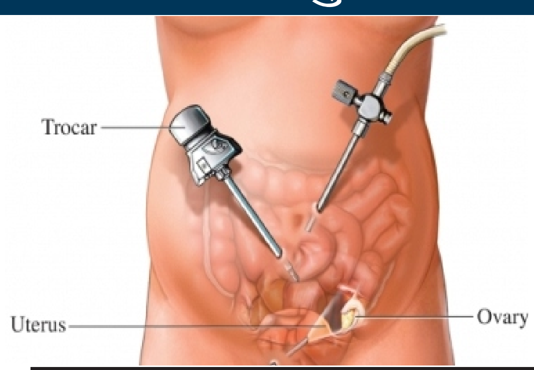
ઈન્સીઝનલ-વેન્ટ્રલ હર્નિયા (પહેલાના ઓપરેશન અને નાભીની જગ્યાએ) માટે લેપરોસ્કોપિક મરામતના ઘણાં ફાયદા છે. તેનાથી ત્વચાની નીચે ઓપન રીપેરમાં જરૂરી મોટા કાપા કે લાંબા છેદને રોકી સકાય છે. ઓપન રીપેરમાં નળીઓને રક્ત અને સીરમ દૂર કરવા માટે દિવાલમાં ગોઠવવું પડે છે, જેને અઠવાડિયું કે તેથી વધુ રાખવું પડી શકે છે. ઓપન રીપેરમાં ઘાના ચેપની અને જાળીના ઈન્ફેક્શનની ઘણી શક્યતાઓ રહેલી છે. આ જટિલતાઓને લેપરોસ્કોપિક માં ઘણે અંશે રોકી શકાય છે. એકંદરે, લેપરોસ્કોપિક પદ્ધતિ સાથે રીકવરી અને દુખાવો શસ્ત્રક્રિયા બાદ નોંધપાત્ર રીતે ઓછો હોય છે.

ઈન્ગવાઈન્લ (સાથળ પર થતા) હર્નિયા માટે ઓપરેશન બાદ રીકવરી અને દુખાવાના સંદર્ભમાં લેપરોસ્કોપિક હર્નિયાના કેટલાંક ફાયદા રહેલા છે. શસ્ત્રક્રિયા બાદ ઓપન હર્નિયા કરતાં લેપરોસ્કોપિક હર્નિયા સાથે લાંબા ગાળાના દુખાવાની સમસ્યાનો દર ઓછો હોય છે. તે ઉપરાંત એવા કેટલાંક હર્નિયા છે જેની સારવાર ઓપન પદ્ધતિથી જ કરવી જરૂરી છે જ્યારે બંને બાજૂ હર્નિયા હોય તો તેની સારવાર લેપરોસ્કોપિક રીતે કરવી હિતાવહ છે કારણકે એક જ છેદ-છિદ્ર દ્વારા બંને બાજૂની શસ્ત્રક્રિયા થઈ શકે છે.

સૌજન્ય

ડો.ચિરાગ ઠક્કર
MS, MRCS Ed
જી આઈ, લેપરોસ્કોપીક અને બેરીયાટ્રીક સર્જન
(મો) +૯૧-૮૪૬૯૩૨૭૬૩૪
Email: chirag.thakkar@cimshospital.org
drchiragthakkar@yahoo.co.uk

સીમ્સ હોસ્પિટલ રજુ કરે છે લેપ્રોસ્કોપીક હર્નીયોપ્લાસ્ટીના વિશેષ પેકેજ



~~₹ ૭૫,૦૦૦/-~~ ₹ **૫૫,૦૦૦/-***
(એક સાઇડના)

~~₹ ૧,૦૫,૦૦૦/-~~ ₹ **૮૫,૦૦૦/-***
(બે સાઇડના)

આ પેકેજ ઓક્ટોબર ૧૫, ૨૦૧૪ સુધી જ માન્ય

*શરતો લાગુ

જી. આઇ. સર્જરી ડિપાર્ટમેન્ટ		ગેસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજી ડિપાર્ટમેન્ટ	
ડો. ચિરાગ ઠક્કર	ડો. જયંત ઝાલા	ડો. યતીન પટેલ	ડૉ. ભાવેશ ઠક્કર
+૯૧-૮૪૬૯૩૨૭૬૩૪	+૯૧-૯૭૧૨૯ ૯૭૦૯૬	+૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૩૩૬૩	+૯૧-૯૭૨૭૭૦૭૨૧૪

એપોઇન્ટમેન્ટ માટે સંપર્ક કરો : **+૯૧-૭૯-૩૦૧૦૧૦૦૮ / ૧૨૦૦, +૯૧-૯૮૨૫૦ ૬૬૬૬૧**

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

સીમ્સ હોસ્પિટલ : શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦.
ફોન : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૧-૭૫ (૫ લાઈન) ફેક્સ : +૯૧-૭૯-૨૭૭૧ ૨૭૭૦
info@cims.me I www.cims.me

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

CIMS
Care Institute of Medical Sciences

પેશાબનું (યુરીનરી) લીકેજ - ક્ષોભજનક છે પણ શું આપને ખબર છે કે તેનો ઉપાય શક્ય છે?

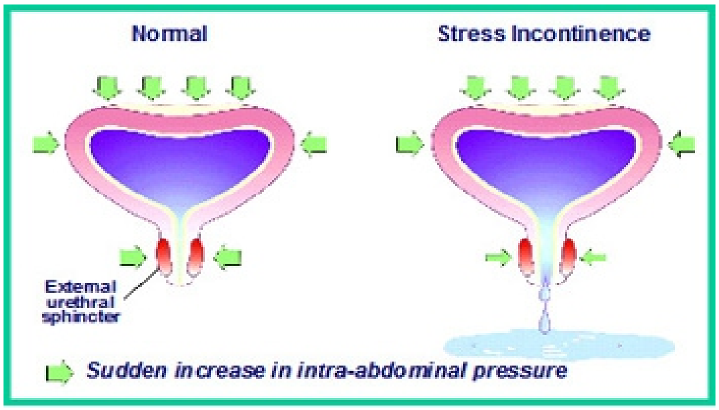
યુરીનરી લીકેજ (incontinence) શું છે ?
યુરીન (પેશાબ)નું તમારી જાણ અને ધ્યાન બહાર નીકળી જવુ (લીકેજ) જે તમે કંટ્રોલ ન કરી શકો !
ક્યારેક છીંક ઉધરસ-ખાંસી ખાવાથી કે જોરથી હસવાથી પણ યુરીનનું લીક થઇ જવું અથવા પેશાબ કરવાની ઇચ્છા થયા પછી તેને કંટ્રોલ ન કરી શકવાથી બાથરૂમમાં બેસતા-બેસતા લીક થઇ જવું.
આ તકલીફને યુરીનરી ઇન્કોન્ટીન્સ કહેવામાં આવે છે.

યુરીનરી લીકેજ શું ઉંમર વધતા આવતો પ્રાકૃતિક ફેરફાર છે ?
ના ! ઘણા લોકોમાં આ ખોટી માન્યતા રાખવામાં આવે છે. પરંતુ આ કોઇ ઉંમર વધતા થતો ફેરફાર નથી.

યુરીનરી લીકેજના કેટલા પ્રકાર છે ?
આ સમસ્યાના મુળ ૩ પ્રકાર છે.
૧. સ્ટ્રેસ ઇન્કોન્ટીનન્સ (ખાંસી, છીંક, વજન ઉઠાવવાથી અથવા જોરથી હસવાથી થતી યુરીન લીકેજની સમસ્યા)
૨. અર્જ ઇન્કોન્ટીનન્સ (પેશાબ કરવા જવાની ઇચ્છા થયા પછી તેને રોકી ન શકવાથી થતી યુરીન લીકેજની સમસ્યા)
૩. મીક્સડ્ ઇન્કોન્ટીનન્સ (ઉપર જણાવેલ બંને સમસ્યા સાથે હોવી)

આ તકલીફના કારણો શું છે?
મેનોપોઝ, યોનિમાર્ગના સ્નાયુઓનું શિથિલ થવું, ડાયાબીટીઝ, દવાઓ, યુરીનરી ઇન્ફેકશન, પેશાબની કોથળીનું ઇરીટેશન, સ્થુળતા વગેરે

કયા પ્રકારના સ્પેશ્યાલીસ્ટ આ સમસ્યાના ઉકેલ માટે મદદ કરી શકે છે ?
યુરો ગાયનેકોલોજીસ્ટ આ સમસ્યાના ઉકેલમાં મદદ કરી શકે છે



સારવારના વિવિધ પ્રકારો કયા છે?
દરેક દર્દીની તકલીફ પ્રમાણે તેમની સારવાર જુદી જુદી હોઇ શકે છે. દવાઓ, ફીઝીયોથેરાપી, કિગલ્સ એક્સરસાઈઝ, જીવન શૈલીમાં પરિવર્તન અને સર્જરી જેવા વિવિધ પ્રકારના ઉપાયોથી આ સમસ્યાનું નિવારણ કરી શકાય છે.

જીવનશૈલીમાં સુધારા લાવવાથી ફરક પડે છે?
હા, જેમ કે ફળ, શાકભાજીનું સેવન, ૨ લિટર પાણી પીવું, કસરત, વજન ઘટાડવું, પેલવીક મસલ્સની કસરત, સરળતાથી બાથરૂમમાં ઉતારી શકાય તેવા કપરા પહેરવા વિગેરે.

કસરતથી મદદ મળી શકે છે?
કીગલ્સ એક્સરસાઇઝથી મદદ થઇ શકે છે.

યુરીનરી લીકેજની આડ અસરો અને કોમ્પ્લીકેશન શું છે ?
ચામડી અને યુરીનનો ચેપ, ચામડીનું તતડી જવું, બળતરા, બળવી, દર્દી બહાર જવાનું ટાળે છે, ક્ષોભ, ચીડચીડાપણુ, ઘણીવાર દોડીને બાથરૂમમાં જતા જતા પડી જવું અથવા ફ્રેક્ચર થઇ જવું, કપડામાંથી વાસ આવતી હશે તેવી ચિંતા થવી, અપૂરતી ઉંઘ, ડીપ્રેશન, કોન્ફીડન્સમાં ઘટાડો થવા. આ બધા કારણોસર સામાજીક રીતે અલગ થવુ વગેરે

ટૂંકમાં, યુરીનરી લીકેજની સમસ્યાનો ઉપાય શક્ય છે (No longer untreatable). એ માટે નિષ્ણાંતની સલાહ લો અને સમસ્યાનો છુટકારો મેળવો.

સૌજન્ય

ડૉ. નીતા ઠાકરે
એમ.ડી. (ગાયનેક)
યુરોગાયનેકોલોજી, હાઇ પ્રેગ્નેન્સી અને એન્ડોગાયનેકોલોજીમાં નિષ્ણાંત
(મો) +૯૧-૯૮૨૫૦ ૪૨૨૩૮
Email: nita.thakre@cimshospital.org

CIMS®
Care Institute of Medical Sciences

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

CIMS

Patient First Always

we adhere to our commitment and believe in keeping our patient happy for comprehensive care. Here our PGRO Team is cheering up one of the patients by playing games with them.

At CIMS... we care

Do you need CT Calcium Scoring?

CIMS

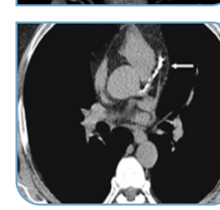
Take the calcium scoring test to check your heart.

Do you need CT Calcium Scoring?
Take the CT calcium scoring test to check your heart.
A CT coronary calcium scan is a non-invasive way to detect presence, location and extent of calcified plaque in the coronary arteries—the vessels that supply oxygen-containing blood to the heart muscle.

The following factors may increase your risk of coronary artery disease. Check all boxes that apply to you.

- ☐ You are male and over 55 years of age.
- ☐ You are female and over 45 years of age, OR you have passed menopause OR had your ovaries removed and are not taking estrogen.
- ☐ Your father or brother had a heart attack before age of 55 OR your mother or sister had one before the age of 65.
- ☐ You smoke OR you live/work with someone who smokes daily.
- ☐ You have cholesterol level of 200 mg/dl or higher.
- ☐ You've been told your blood pressure is high.
- ☐ You do NOT exercise at least three times a week for at least 30 minutes each time.
- ☐ You are app 10 kilograms overweight.
- ☐ You have diabetes OR you need medicine to control your blood flow.

If you checked two or more boxes, you may be at risk of Heart Disease. Get CT calcium score done today.



To get a calcium scoring test done at CIMS, call on CIMS Radiology on

+91-79-3010 1031/32

for an appointment.

The test will be done only with prior appointment.

CIMS News
Care & Cure
Volume-5 | Issue-50 | September 25, 2014

CIMS
Care Institute of Medical Sciences

CIMS News Care & Cure Registered under RNI No. GUJBIL/2010/39100
Published 25th of every month
Registered under Postal Registration No. GAMC-1813/2014-2016 valid upto 31st December, 2016
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. CPMG/GJ/102/2014 valid upto 31st December, 2016

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

Care At Homes
home health @ your doorstep

For complete medical care at home

Medical | Nursing | Caregiver | Rehabilitation services

First time in Gujarat

If any of your patients require these services, just give them this number **+91-90990 67988** or **+91-81418 92999** we will take care of the rest.

Office : Care At Homes, Nr. Shukan Mall, Off Science City Road, At cims Hospital, Sola, Ahmedabad-380060. Phone : +91-90990 67988, +91-79-3010 1253
Email : info@careathomes.com

- High quality medical care for safer recuperation
- 24-hour services, including all holidays and weekends
- Highly trained & experienced healthcare professionals
- Medical Equipment Rental & Sale
- Home Health Aids - Pharmacy at door step

1 day to 1 month or more home health care

JUST A SINGLE PHONE CALL
+91-90990 67988
+91-81418 92999
TO TAKE CARE OF YOUR NEEDS

www.careathomes.com

CIMS Hospital Pvt. Ltd. | CIN : U85110GJ2001PTC039962 | info@cims.me | www.cims.me

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.