

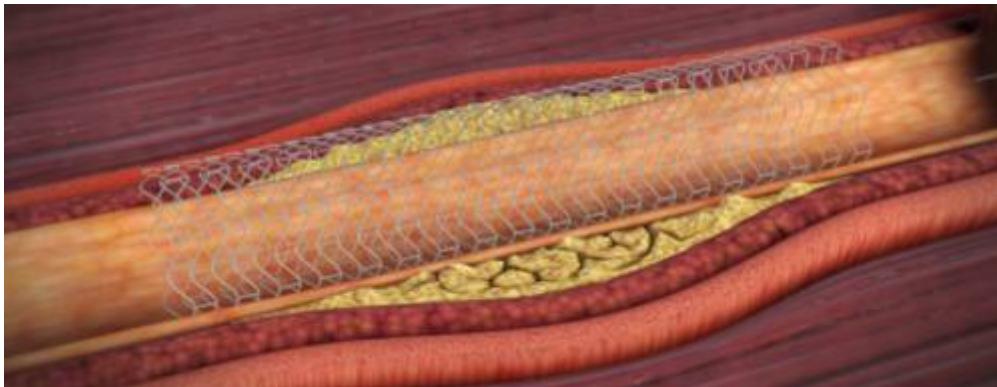
Price : ₹ 5/-

CIMS NEWS CARE & CURE

Volume-12 | Issue-134 | September 25, 2021



કોરોનરી એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી



કોરોનરી એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી, જેને પર્કયુટેનિયસ કોરોનરી ઇન્ટરવેન્શન (પીસીઆઈ) પણ કહેવામાં આવે છે, તે એક એવી પ્રક્રિયા છે જે કોરોનરી આર્ટરીઝ માં રહેલ અવરોધોની સારવાર કરે છે અને હૃદયને મળતા લોહીના પ્રવાહમાં સુધારો કરે છે.

શું એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી એ કોઈ મોટી સર્જરી છે?

એ ન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી હૃદયની અવરોધિત ધમનીઓને ખોલે છે અને તમારા હૃદયના સ્નાયુઓમાં સામાન્ય રક્ત પ્રવાહના પુરવઠાને પુનઃ સ્થાપિત કરે છે. તે કોઈ મોટી સર્જરી નથી. આ પ્રક્રિયા કરવા માટે પગ અથવા હાથની મુખ્ય ધમનીમાં એક નાનું પંચર કરીને તે માંથી એક કેથેટર ને અંદર દાખલ કરવામાં આવે છે અને હૃદય સુધી પહોંચાડવામાં આવે છે. તે કેથેટરની ટોચ પર રહેલા એક નાના બલૂનને કુલાવીને અવરોધિત ધમનીને ખોલવામાં આવે છે.

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી કેટલી ગંભીર પ્રક્રિયા છે?

તમામ પ્રકારની ની જેમ, કોરોનરી એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટીમાં પણ જટિલતાઓ થવાનું જોખમ રહેલું છે. જો કે, ગંભીર સમસ્યાઓ થવાનું જોખમ ઓળું છે. એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટીની પ્રક્રિયા દરમ્યાન અથવા તેના પછી જટિલતાઓ થઈ શકે છે. જે જગાયા એ થી કેથેટરને શરીરમાં અંદર દાખલ કરવામાં આવ્યું હતું તે જગાયાએ ત્વચાની હેઠળ રક્તરાાવ અથવા ઉગ્રરક્ત થવો એ સામાન્ય છે.

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી માંથી સ્વસ્થ થવા માટે કેટલો સમય લાગે છે?

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી અને સ્ટેન્ટિંગ માંથી પુનઃ પ્રાભી થવામાં સામાન્ય રીતે ટૂંકો સમય લાગે છે. કેથેટર ને કાઢી લીધા પછી સામાન્ય રીતે ૧૨ થી

૨૪ કલાક પછી દર્દીને હોસ્પિટલ માંથી રજા આપવામાં આવે છે. દાણા દર્દીઓ આ પ્રક્રિયા પછી થોડા દિવસોથી લઈને એક અઠવાડિયાની અંદર કામ પર પાછા જવા માટે સક્ષમ હોય છે.

શું એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટીની પ્રક્રિયા દરમ્યાન તમે જગૃત હો છો?

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી તમારા ગ્રોઇન (સાથળનું મૂળ), હાથ અથવા કાંડાના વિસ્તાર માંથી ધમની દ્વારા કરવામાં આવે છે. જનરલ એનેસ્થેસીયાની જરૂર નથી હોતી. તમને આરામ મળે તે માટે તમને એક બેહોશીની દવા આપવામાં આવશે, પરંતુ તમને કદ્ય માત્રામાં (બેભાન) કરવામાં આવેલ છે તેના આધારે પ્રક્રિયા દરમ્યાન તમે જગૃત થઈ શકો છો.

શું સ્ટેન્ટ ફરીથી અવરોધિત કરી શકે છે?

તેથી આ સમજાઈ શકે તેમ છે કે રિસ્ટેનોસિસ એ શાંદ છે જેનો, જ્યારે એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી અને સ્ટેન્ટિંગ જેવી પ્રક્રિયાઓ દ્વારા એક ધમનીને ખુલ્લી કરવામાં આવી હતી, તે ધમની ફરીથી અવરોધિત થઈ જાય છે, ત્યારે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. મૂળભૂત રીતે, તેનો અર્થ એ થાય છે કે ધમની ફરીથી અવરોધિત થઈ ગઈ છે. નવીનતમ પદ્ધતિ વાળા દ્રગ એલ્વુટીંગ સ્ટેન્ટ સાથે રિસ્ટેનોસિસ થવાની શક્યતા ૫ થી ૧૦ % છે.

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટીની પ્રક્રિયામાં કેટલો સમય થવો જોઈએ?

એક એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટીને કરવામાં સામાન્ય રીતે ૩૦ મિનિટ થી બે કલાકની વરયેનો સમય લાગે છે, જો કે કેટલાક સંજોગોમાં તેને વધુ સમય લાગી શકે છે. પ્રક્રિયાની શરૂઆતમાં તમને સાથળનું મૂળ અથવા કાંડાના વિસ્તારને, કે જ્યાં પછી કેથેટર ને અંદર દાખલ કરીને ધમનીમાં પસાર કરવામાં આવે છે, તેને સુન્ધ કરવા માટે લોકલ એનેસ્થેસીયા આપવામાં આવશે.

શું એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી પછી મને વધુ તાકાત મળશે?

એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી તમારી સંકુચિત થઈ ગયેલ અથવા અવરોધિત ધમનીઓને વિસ્તૃત કરે છે અથવા પહોળી કરીને ખોલે છે જેથી તમારં લોહી ધમનીઓ વડે તમારા શરીરમાં સામાન્ય રીતે વઠી શકે. હાઈ ડિસીઝ ના તમારા લક્ષણો, જેમાં શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડવી અને છાતીમાં દુખાવો થવો શામેલ છે, તેઓમાં સુધાર આવશે અને તેનાથી તમને વધુ તાકાત મળવી જોઈએ.

એન્જ્યુયોગ્રાફી અને એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી વચ્ચે શું તફાવત છે?

એન્જ્યુયોગ્રાફી / એન્જ્યુયોગ્રામ એ એક એવી પ્રક્રિયા છે જે ડોક્ટરોને એક્સ્ટ્રેન્સ-રેનો ઉપયોગ કરીને હૃદયને લોહી પહોંચાડતી રક્ત વાહિનીઓને વિગતવાર રીતે જોવામાં મદદ કરે છે. જો ડોક્ટરો એન્જ્યુયોગ્રાફીની પ્રક્રિયા દરમ્યાન કોઈ રક્ત વાહિનીના સંકુચિત ભાગને જોવે છે, તો તેઓ એન્જ્યુયોપ્લાસ્ટી તરીકે ઓળખાતી પ્રક્રિયાનો ઉપયોગ કરીને તેજ સમયે તેને વિસ્તૃત કરી શકે છે અથવા પહોળી કરી શકે છે જેનાથી તે ખૂલ્લી જાય છે.

સૌજન્ય

ડૉ. હેમાંગ બાખી

MD, DM (Cardiology), FACC, FESC

કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

મો. +91-98250 30111

ઈમેલ: hemang.baxi@cims.org

સીમ્સ મલ્ટી-સ્પેશ્યાલિટી ઓપીડી (ગુજરાત)

રાજકોટ

દર મહિનાના બીજા શનિવારે

ડૉ. ધીરેન શાહ

કાર્ડિયોથોરાસીસ વાર્કચુલર અને
હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જન

ડૉ. આનંદ ખખર

લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને એચેપીબી સર્જન

શ્રી નિરીશાજ
મલ્ટીસ્પેશ્યાલિટી હોસ્પિટલ



અપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન:
0281 - 7151200

સુરત

દર મહિનાના પછેલા શનિવારે

ડૉ. ધવલ નાયક

કાર્ડિયોથોરાસીસ વાર્કચુલર અને
હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જન

+91 90 99 11 11 33

સનસાઈન ગ્લોબલ હોસ્પિટલ

ડૉ. આનંદ ખખર

લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ અને એચેપીબી સર્જન

મહાવીર હોસ્પિટલ



અપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન:
0261-2461093

પાલનપુર

દર મહિનાના બીજા બુધવારે

ડૉ. કિશોર ગુપ્તા

કાર્ડિયોથોરાસીસ અને વાર્કચુલર સર્જન

ડૉ. સમીપ શેઠ

ઓર્થોપેડીક, જોઈન્ટ રિપેલેશન અને
આથોર્કોપી સર્જન

ડૉ. મોના એન. શાહ

ગાયનેક ઓન્કોસર્જન,
લેપ્રોસ્કોપીક કેન્સર સર્જન,
CRS, HIPEC

મેડીપોલીસ ક્લિનિક
મેડીપોલીસ “જુ” જ્લોક

અપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન:
+91 70690 33596

ભૂજ

દર મહિનાના ચોથા શનિવારે

ડૉ. મીતા ટક્કર

એસોશીયોટ ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડિયોલોજી

ડૉ. મહાવીર તાકેયા

જી.આઈ. અને ગાયનેક ઓન્કો સર્જન
HIPEC & PIPEC

ડૉ. મોના એન. શાહ

ગાયનેક ઓન્કોસર્જન, લેપ્રોસ્કોપીક
કેન્સર સર્જન, CRS, HIPEC

અમ. એમ. પી. જે લેવા પટેલ હોસ્પિટલ



અપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન : 02832-231122 / 33

મોડાસા

દર મહિનાના ચોથા બુધવારે

ડૉ. નિકુંજ વ્યાસ

કાર્ડિયોથોરાસીસ અને
વાર્કચુલર સર્જન

કૃષાળ પટેલ

ઓર્થોપેડીક, ટ્રોમા અને
જોઈન્ટ રિપેલેશન સર્જન

સંજીવની હોસ્પિટલ

અપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન:
02774 244-108, 94274 27108

CIMS Hospital - Care Institute of Medical Sciences

SUBSCRIBE, LIKE & SHARE



SUBSCRIBED



કોરોનરી આર્ટરી ડિસીજ એટલે શું ?



કોરોનરી આર્ટરી ડિસીજ CAD એટલે છદ્યની ધમનીઓનો રોગ અને જીવનશૈલીના લીધે થતા છદ્યરોગ એ વિશ્વભરમાં માંદગી અને મૃત્યુ નાં મુખ્ય કારણો છે. કોરોનરી આર્ટરી ડિસીજ એ વારસાગત અને જીવનશૈલી જેવા પરિબળોને કારણ થતો રોગ છે. જેના કારણે છદ્યને લોહી પહોચાડતી ધમનીઓમાં સંકડાસ આવે છે. CAD આ રોગ એ માંદગી માટેનું એક મહિતવનું કારણ છે.

CAD નો રોગ એ મુખ્યત્વે ખરાબ જીવનશૈલી અને વારસાગત પરિબળો વરચે થતી પારસ્પરિક ક્રિયા પ્રતિક્રિયાનું પરિણામ છે. CAD ના જોખમને નિવારવાના સાધન તરીકે તંદુરસ્ત જીવનશૈલીનું પાલન કરવું જરૂરી છે.

અમેરિકન હાર્ટ એસોસિયેશન ની માર્ગદર્શિકા મુજબ ધૂમ્રપાન, મેદસ્વીતા, શારીરીક પ્રવૃત્તિઓનો અભાવ તથા અયોગ્ય આહાર ને જોખમી પરિબળો માનવામાં આવે છે.

આહાર:-

હૃદયરોગ અને CAD ના મૃત્યુદર માટે જવાબદાર ગણી શકાય તેવા આહારની રીતોમાં ખાંડ, વધુ શર્કરા, રીફાઈંડ આહાર, ટ્રાન્ઝ ફેટ (ખરાબ ચરબી) મીઠું, લાલ માંસ અને પ્રોસેસ્ડ લાલ માંસ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.

પુષ્ટ વચ્ચાના તમામ લોકોએ દક્ષિણ દેશોના આહાર થી પ્રેરિત થઈને તેવો આહાર લેવો જોઈએ જેવો કે લીલા શાકભાજુ, ફળો, તેલીબીયા, રાયકુંટ, આખા અનાજ, રેસાવાળા શાકભાજુ, શક્ય હોય તો ફીશ, વગેરે વધારે માન્ના લેવા જોઈએ.

મેદસ્વીપણું (જડા હોયનું) :-

મેદસ્વી(જેનો બોડી માસ ઈન્ડેક્શન BMI-30kg/m² કે તેનાથી વધારે હોય) અને વધારે વજન વાળા (જેનો બોડી માસ ઈન્ડેક્શન BMI-25 થી 29.9kg/m² હોય)પુષ્ટ વચ્ચાના લોકોને સામાન્ય વજનવાળા લોકોની તુલનામાં હૃદયરોગ, હાર્ટ ફેલ્યોર તથા અનિયમિત ધબકારા થવાનું જોખમ વધારે રહે છે.

શારીરીક પ્રવૃત્તિ :-

અધ્યક્ષ ની પ્રાથમિક અને દ્રિતીય અટકાવ માટે શારીરક પ્રવૃત્તિ (કસરત) મહિતવની ભૂમિકા ભજવે છે. હૃદયની ધમની સાંકડી થવાની પ્રક્રિયા અટકાવે છે. મદ્યમ થી સખત પ્રમાણની કસરત તથા હૃદયરોગની તેમજ તેનાથી મૃત્યુ થવાના દર સાથે સીધો સબંધ છે. પુષ્ટ વચ્ચાના લોકો અઠવાડીયામાં ઓછામાં ઓછો 150 મિનિટ માટે મદ્યમ તીવ્રતા વાળી (કસરતો) અથવા 75

મિનિટ સખત તીવ્રતા વાળી શારીરીક પ્રવૃત્તિ(કસરતો) કરવી જોઈએ.

દાઢા:-

વધારે પ્રમાણમાં દાડનું સેવન હૃદયરોગ નોતરી શકે છે.

નામાંકુ તથા ધૂમ્રપાન:-

ધૂમ્રપાન હૃદયની ધમનીની અંદરની દિવાલના કાર્ય ઉપર ગંભીર અસર કરે છે, જેથી હૃદયને લોહી પહોચાડતી મોટી રકતવાહિનીઓમાં સંકોચન અને સંકડાશ આવે છે, તથા તેને નુકશાન થાય છે અને તેની ઉપર લોહીનો ગંભો લામી જાય છે. આ સાથે જ્લડપ્રેશર વધવાને કારણે એથેરોસ્ક્લેરોસિસ થાય છે. હૃદયરોગના લીધે થતા મૃત્યુના ત્રીજા ભાગના મૃત્યુ પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ ધૂમ્રપાન ને લીધે થાય છે.

ડાયાબીટીસ:-

ડાયાબીટીસ મોટેભાગે આપણી ખાણી-પીણી, શારીરીક પ્રવૃત્તિ તથા શરીરના વધુ પડતા વજનના કારણે થાય છે. ટાઇપ-૨ ડાયાબીટીસ (ગોળીથી કાબૂમાં આવે તેવો પુષ્ટ વચ્ચાના લોકોને થતો રોગ છે. ટાઇપ -૨ ડાયાબીટીસના દર્દીઓ કે જેમાં બીજા જોખમી પરિબળો હોય તેના માટે હૃદયરોગને પ્રાથમિક રીતે અટકાવવા માટે હોગય એન્ટીડાયાબીટીક દવાઓ શરીર કરવી તે વ્યાજબી છે.

લિપિડ્સ/ચરબીઃ-

જે લોકો ૧૮ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના હોય અને વારસાગત હાઈ કોલેસ્ટ્રોલની બિમારી ધરાવતા હોય તેમના માટે કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડવાની દવા-સ્ટેટિન આપવામાં આવે છે. પુષ્ટ વચ્ચાના ૨૦-૩૦ વર્ષની આચુવાળા માટે, તંદુરસ્ત જીવનશૈલી તથા જેમ બને તેમ જલ્દી બીજા જોખમી પરિબળોનો અંદાજ લગાવીને તેમને અટકાવવાને પ્રાધાન્ય આપવું જોઈએ.

સ્ટેટીનની દવા આપવા માટેની માર્ગદર્શિકા

મુજબ:-

20-75 વર્ષની વયના અને 190 mg/dl કે તેથી વધુ LDL Cholesterol હોય તેવા દર્દીઓ ટાઈપ-૨ ડાયાબીટીસવાળા અને 40-75 વર્ષની વયના હોય તો, મધ્યમ ડોગ્રમાં સ્ટેટીન આપવી. ૭૫ વર્ષથી વધુ વયના લોકોને તબીબી સલાહ મુજબ જોખમોની ચર્ચા કરી સ્ટેટીન આપવી.

40-75 વર્ષ અને LDL-C 70 mg/dl જેટલું અથવા વધારે હોય પણ 190 mg/dl થી ઓછું હોય તેમજ ડાયાબીટીસ ન હોય ત્યારે...

- જો સાધારણ જોખમ હોય તો ઓછા ડોગ્રથી સ્ટેટીન શરૂ કરો.
- જો મધ્યમ પ્રમાણમાં જોખમ હોય તો મધ્યમ ડોગ્રમાં સ્ટેટીન શરૂ કરો.
- જો ઉરચ પ્રમાણમાં જોખમ હોય તો ને 50% થી વધુ ઘટાડવા માટે ભારે ડોગ્રમાં સ્ટેટીન શરૂ કરો.

હાઈ બલડપ્રેશરાઃ-

જો સિસ્ટોલિક (ઉપરનું) બી.પી. 130 કે તેથી વધારે અને ડાયરસ્ટોલિક (નીચેનું) 80 થી વધારે હોય ત્યારે દર્દીને સ્ટેજ 1 હાઈપર ટેન્શન (હાઈ બલડપ્રેશર) છે તેવું કહી શકાય. બોર્ડર લાઇન બલડ પ્રેશર એટલે (ઉપરનું 120-129 તથા નીચેનું 80) અથવા સ્ટેજ-૧ હાઈ બલડપ્રેશરવાળી વ્યક્તિત્વો ને પ્રાથમિક રીતે તંદુરસ્ત તેમજ પોટાશિયમથી ભરપૂર ખોરાક સાથે કસરત કરવાની સલાહ આપવામાં આવે છે.

એસ્પિરીન(લોહી પાતળું કરવાની દવા):-

હૃદયરોગ તથા હૃદયની ધમનીઓના રોગ દ્વિતીય અટકાવ એસ્પિરીન નામની દવાનો ઉપયોગ કરવા માટે ભલામણ કરવામાં આવે છે. પરંતુ તાજેતરના અભ્યાસો સૂચયે છે કે આધુનિક ચુગામાં CAD ના પ્રાથમિક અટકાવમાં

થવો જોઈએ. જે દર્દીઓ દુખાવા માટેની દવા લેતા હોય, સ્ટીરોઇડ લેતા હોય, લોહી પાતળું કરવાની દવા લેતા હોય તેવા દર્દીઓને એસ્પીરીનનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. અમુક પસંદીદા દર્દીઓમાં કે જેમાં રક્તત્થાવ નું જોખમ નથી તેવા દર્દીઓમાં પ્રાથમિક અટકાવ માટે ઓછા ડોગ્રમાં એસ્પીરીન નો ઉપયોગને દ્યાનમાં લઈ શકાય છે.

સોજન્ય

ડૉ. કિશોર ગુપ્તા

MBBS, DNB (Cardio Thoracic Surgery)

ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર અને થોરાસીસ સર્જન

મો. +91-99142 81008

ઈમેલ: kishore.gupta@cimshospital.org

સીમ્સ હોસ્પિટલ

સીમ્સ હોસ્પિટલ મેડિકલ ટીમમાં નવા ડૉક્ટરનો સમાવિષ્ટ

સીમ્સ કેન્સર સેન્ટર



ડૉ. હિરક વ્યાસ

MBBS, MD(Radiation Oncology),
કન્સલટન્ટ રેડિયેશન ઓન્કોલોજીસ્ટ

M: +91-96389 83814

hirak.vyas@cimshospital.org

સીમ્સ કાર્ડિયાક સાયન્સ



ડૉ. નિકુંજ વ્યાસ

MS, MCh (CVTS)
કન્સલટન્ટ કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર અને થોરાસીસ સર્જન

M: +91-73531 65955

nikunj.vyas@cimshospital.org

સીમ્સ પેથોલોજી



ડૉ. સ્વાતિ સિંહ

MBBS, DNB (Pathology)

કન્સલટન્ટ પેથોલોજીસ્ટ

M: +91-91467 19290

swati.singh@cimshospital.org



ડૉ. કાઝુમી ગોંડલીયા

MBBS, MD (Pathology)

કન્સલટન્ટ પેથોલોજીસ્ટ

M: +91-98255 54778

kazumi.gondalia@cimshospital.org

અપોઇન્ટમેન્ટ માટે : +91-79-4805 1008 (M) +91-98250 66661

શું તમને ડાયાબિટીસનું જોખમ છે ?



આંતરરાષ્ટ્રીય ડાયાબિટીસ ફેડરેશન અનુસાર, ભારતમાં ૪૨.૨ મિલિયન લોકો નિદાન થયા વિના ડાયાબિટીસથી પીડાય છે.

ટાઈપ ૨ ડાયાબિટીસ એ જીવનશૈલી (લાઇફ સ્ટાઇલ) ને લગતો રોગ છે,

ડાયાબિટીસ થવા માટે કેટલાક મહિંત્વપૂર્ણ જોખમ પરિબળો નીચે મુજબ છે :

- વજન:** જો તમારું વજન વધારે હોય (BMI 25 કરતા વધારે હોય), તો તમને ડાયાબિટીસ થવાનું જોખમ વધારે છે. વધારાની ચરબી તમારા શરીરને ઇન્સ્યુલિન પ્રતિરોધક બનાવી શકે છે.
- હાયપરટેન્શન અને અસામાન્ય લિપિદ સ્ટર:** હાઇ બલડ પ્રેશર (હાયપરટેન્શન) અને હાઇ કોલેસ્ટ્રોલ ("બેડ" એલડીએલ કોલેસ્ટ્રોલ) ના કારણે ટાઈપ ૨ ડાયાબિટીસ થવાનું જોખમ વધી જાય છે.
- શારીરિક પ્રવૃત્તિનો અભાવ:** જો તમે શારીરિક રીતે સક્રિય ન હોવ, તો તમને ડાયાબિટીસ થવાની સંભાવના વધુ છે.
- કોટુંબિક ધરણિસાસ:** જો તમારા નજીકના પરિવારમાં કોઈ વ્યક્તિને ડાયાબિટીસ છે કે છતું તો તમને પણ ડાયાબિટીસ થવાની શક્યતા વધુ છે.

- જાતિ/વંશીયતા:** ચોક્કસ વંશીય જૂથો જેવા કે આફ્રિકન-અમેરિકનો, હિસ્પેનિક અમેરિકનો, નેટીવ અમેરિકનો અને એશિયન અમેરિકનોને ડાયાબિટીસ થવાની શક્યતા વધારે હોય છે.
- ઉભર:** તમારી ઉભર જેટલી વધુ હોય, તમને ડાયાબિટીસ થવાનું જોખમ વધારે છે. ૪૫ વર્ષની ઉભરે, આ જોખમ વધવાનું શરૂ થાય છે અને ૬૫ વર્ષની ઉભર પછી, આ જોખમ ઝડપથી વધે છે.
- સગભાવસ્થા ડાયાબિટીસ:** જો તમે સગભાવ વધારે તમને ડાયાબિટીસ થયો હોય, તો પછીથી ડાયાબિટીસ થવાનું જોખમ વધી જાય છે .

ટાઈપ ૨ ડાયાબિટીસ ની તપાસ માટે નિર્દેશો:

અમેરિકન ડાયાબિટીસ એસોસિએશન સૂચયે છે કે વજનને ધ્યાનમાં લીધા વિના ૪૫ વર્ષની ઉભર શરૂ થતા તમામ પુખ વચ્ચા લોકોએ અથવા જો મેદસ્વીતા હોય તો કોઈ પણ ઉભરે કે પછી કોઈ એક ડાયાબિટીસને લગતું પરિબળ હાજર હોય તો તપાસ કરાવવી જોઈએ.

ટાઈપ ૨ ડાયાબિટીસ

હાઇ બલડ પ્રેશર, દ્યુમ્પાન, બેઠાડું જીવન, વધુ વજન, વધુ ચરબી અને કોલેસ્ટ્રોલ સ્ટર



અમેરિકન ડાયાબિટીસ એસોસિએશનની તાજેતરની માર્ગદર્શિકા મુજબ નીચેના માપદંડનું (ADA 2017) નિર્દેશ કરવામાં આવ્યું છે :

વધારે વજનવાળા અથવા મેદસ્વી (ભારતીયો માં BMI $\geq 23 \text{ kg/m}^2$) પુખ વચ્ચા લોકો કે જેઓ નીચેના જોખમ પરિબળોમાંથી એક કે વધુ પરિબળ ધરાવે છે, તેમણે ટેસ્ટ કરાવવો જોઈએ.

- HbA1C $\geq 5.7\%$ અથવા અગાઉના ટેસ્ટ માં બોર્ડર લાઇન ડાયાબિટીસ.
 - ડાયાબિટીસ વાળા વ્યક્તિ સાથે નજીકનો સંબંધ હોવો.
 - ઉચ્ચ જોખમ ધરાવતી જાતિ/વંશીયતા (દા.ત., આફ્રિકન અમેરિકન, લેટિનો, નેટીવ અમેરિકન, એશિયન અમેરિકન, પેસ્નિફિક આઇલેન્ડર)
 - જે મહિલાઓને ગર્ભાવસ્થામાં ડાયાબિટીસનું નિદાન થયું હોય
 - હૃદય રોગ ધરાવતા દર્દી ઓ
 - હાયપરટેન્શન ($\geq 140/90 \text{ mmHg}$ અથવા હાયપરટેન્શન માટેની દવા)
 - HDL કોલેસ્ટ્રોલ સ્ટર $<35 \text{ mg/dL}$ અને/અથવા ટ્રાઇગ્લાસોરાઇડ સ્ટર 250 mg/dL
 - PCOS ધરાવતી ઔંઓ (પોલિ સિસ્ટીક ઓવરી સિન્ફ્રોમ)
 - શારીરિક પ્રવૃત્તિ નો અભાવ
 - ઇન્સ્યુલિન પ્રતિકાર સાથે સંકળાયેલી પરિસ્થિતિઓ (દા.ત., ખૂબ વધારે વજન હોય, એકન્યોસિસ)
- બધા દર્દીઓ માટે, ટેસ્ટ ની પ્રક્રિયા ૪૫ વર્ષની ઉભરે શરૂ થવી જોઈએ.
- જો પરિણામો સામાન્ય હોય તો, ટેસ્ટ ઓછામાં ઓછા દર ૩ વર્ષ ફરી કરાવું જોઈએ. વધુ જોખમ ધરાવતા અથવા બોર્ડ લાઇન ડાયાબિટીસ ધરાવતા હોવાનું વાર્ષિક પરીક્ષણ થયું જોઈએ.

સોજન્ય

ડૉ. વિવેક પટેલ

MBBS, MD, DM(Endocrinology)

એન્ડોકાઈનોલોજીસ અને ડાયાબિટોલોજીસ

મો. +91-9984112928

ઈમેલ: vivek.patel@cimshospital.org

વલ્ડ હાર્ટ ડે

નિમિત્તે સિમ્સ હોસ્પિટલ દ્વારા

સાયકલોથોન અને વોકેથોન

સપ્ટેમ્બર 26, 2021 - રવિવાર

ના રોજ આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.



વલ્ડ હાર્ટ ડે

સીમ્સ હોસ્પિટલ અને

સોશયલ સીનીયર સીટીગ્રાન ગ્રુપ - દક્ષિણી ઝોન,

મહિનગાર દ્વારા સંયુક્ત ઉપક્રમે આયોજન

કરવામાં આવ્યું હતું.

જેમાં ડૉ. મિલન ચંગા, ડૉ. ધીરેન શાહ

અને ડૉ. આનંદ ખખર દ્વારા

પરિસંવાદ કરવામાં આવ્યો હતો



સિમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદ



17
હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ



15 કિડની
ટ્રાન્સપ્લાન્ટ



35
લીવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટ

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 2771-72/4805 1111

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 2823. 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 સ્ટાન કેન્સર જગૃતિ મહિનો

**અપોઇન્ટમેન્ટ
માટે ફોન**

**+91-79-4805 1257
+91-99792 75555**

સમય : સવારે 9.30 થી શાંકે 5.30 સુધી (સોમ થી શનિ)
ઈમેલ : cims.cancer@cimshospital.org

ઓક્ટોબર 01 થી 31 , 2021
સ્પેશિયલ તપાસ
માત્ર ₹ 999/-*
આજે જ અપોઇન્ટમેન્ટ લો.

**નિઃશુલ્ક કન્સલટેશન
(ઓન્કોલોજી)**

**મેમોગ્રાફી + સોનોગ્રાફી
(બંને બાજુ)**

પેટની સોનોગ્રાફી
**Terms & Conditions Apply*

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.