વિસ્તરણ

ઑક્ટોબર, ૨૦૧૨ - જાન્યુઆરી ૨૦૧૩

વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ, શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, ગોકલનગર, કરમસદ - ૩૮૮ ૩૨૫

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત પેટલાદ નગર પાલિકા હૉસ્પિટલ ખાતે યોજાયેલ દંતરોગ કેમ્પની ઝલક

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ

વિસ્તરણ

ઑક્ટોબર ૨૦૧૨-જાન્યુઆરી ૨૦૧૩ • સળંગ અંક : ૪-૫

મુખ્ય કાર્યાલયઃ
વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ
શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ
ગોકલનગર, કરમસદ - ૩૮૮ ૩૨૫
ફોનઃ ૦૨૬૯૨ - ૨૨૮૩૬૭, ૨૨૮૩૬૨

વિસ્તરણ કાર્યક્રમ ટીમ
ડૉ. શ્યામસુંદર જે. રાયઠઠા – *ઈન્ચાર્જ*
ડૉ. જયપ્રકાશ મહેતા – *એક્ઝીક્યુટીવ*
શ્રી રવિ રાજ – *એક્ઝીક્યુટીવ*
કુ. શાંતિ ગુપ્તા – *એક્ઝીક્યુટીવ*
શ્રી આઈ.એફ. મનસુરી – *સોશ્યલ વર્કર*
શ્રીમતિ પ્રિયંકા પટેલ – *સોશ્યલ વર્કર*
શ્રી હિમાલય પટેલ – *ફાર્મસીસ્ટ*
કુ. રીના પટેલ – *કો-ઑર્ડિનેટર*
શ્રીમતિ જ્યોત્સના પટેલ – ફિલ્ડ સુપરવાઈઝર
શ્રીમતિ મીનાક્ષી પટેલ – ફિલ્ડ સુપરવાઈઝર
શ્રીમતિ ચેતના દવે – ફિલ્ડ સુપરવાઈઝર

પ્રકાશકઃ
શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ

માહિતી સંપાદનઃ
કૉર્પોરેટ કૉમ્યુનિકેશન વિભાગ
શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ

વિસ્તરણ કેન્દ્રોઃ

અગાસ સ્ટેશન (બોરીયા) ગ્રામ આરોગ્ય મંડળ, બોરીયા
જી. આણંદ
ફોનઃ (૦૨૬૯૨) ૨૮૧૮૬૭

ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ હૉસ્પિટલ
શંભુપ્રસાદ બોર્ડીંગ હાઉસ, બસસ્ટેન્ડ સામે, ભાદરણ
ફોનઃ (૦૨૬૯૬) ૨૮૮૧૮૮

પેટલાદ નગરપાલિકા હૉસ્પિટલ
વસંત કુઈ, હનુમાન ફળિયું, પેટલાદ
ફોનઃ (૦૨૬૯૭) ૨૨૨૪૭૫

સોનાબા હૉસ્પિટલ તથા સદાબા નર્સીંગ હોમ
એ.સી.સી. ગેટ પાસે, મુ. સેવાલીયા, તા. ઠાસરા
ફોનઃ (૦૨૬૯૯) ૨૩૪૨૯૨, ૨૩૩૨૯૨

આણંદ એગ્રીકલ્ચરલ યુનિવર્સિટી, આણંદ
ફોનઃ (૦૨૬૯૨) ૨૨૫૮૭૬

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	વિષય	પાન નં
૧	વિભાગીય પ્રવૃત્તિઓ	૩
૨	હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી	૬
૩	આરોગ્ય સંજીવની	૧૦

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ

સંપાદકીય...

વ્હાલા વાચક મિત્રો,

હું એક દિવસ ઑફિસમાં કામ કરતો હતો ત્યારે એક ભાઈએ આવીને મને પૂછ્યું "તમારા વિસ્તરણ સામયિકનું લવાજમ કેટલું છે? મારે તેનું લવાજમ ભરવું છે." આ સાંભળી ખૂબ જ આનંદ થયો. અમે આ સામયિકની શરૂઆત લોકો સુધી અમારી પ્રવૃત્તિઓ વિશેની માહિતી પહોંચાડવા માટે અને આરોગ્ય શિક્ષણ પૂરું પાડવા માટે કરી હતી. અમે ક્યારે પણ નહતું વિચાર્યું કે લોકો સામેથી લવાજમ માટે પૂછશે. આ વાત સૂચવે છે કે લોકોએ આ સામયિકને બિરદાવ્યું છે. જ્યારે આપણી સાથે આવા કિસ્સાઓ થાય છે ત્યારે આપણો આત્મવિશ્વાસ વધી જાય છે અને કામ કરવાનો જુસ્સો બમણો થઈ જાય છે. આવો જ એક કિસ્સો અમારી સાથે અમારા સેવાલીયા વિસ્તરણ કેન્દ્ર ખાતે થયો હતો. તા. ૭ જુલાઈ ૨૦૧૨ના રોજ સેવાલીયા વિસ્તરણ કેન્દ્ર ખાતે સરકાર દ્વારા ચલાવવામાં આવતી રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્ય વીમા યોજના (આર.એસ.બી.વાય.) અને ચારુતર આરોગ્ય મંડળ દ્વારા ચલાવવામાં આવતી કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજનાનું ઉદ્‌ઘાટન કરવા માટે એક કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કાર્યક્રમ પૂરો થયાની સાથે એક સગર્ભા માતાને સુવાવડ થવાની વેળાએ ત્યાં લાવવામાં આવી. તે જ દિવસે તેની સુવાવડ થઈ અને તેણે જોડિયા બાળકોને જન્મ આપ્યો. તેની પાસે આર.એસ. બી.વાય. કાર્ડ હોવાથી તેને આ યોજનાનો લાભ મળ્યો અને તેને એક રૂપિયો પણ ખર્ચવો ન પડ્યો. આમ, ખરા અર્થમાં આ યોજનાનું ઉદ્‌ઘાટન થયું અને એવું લાગ્યું કે જાણે સોનામાં સુગંધ ભળી ગઈ. તે સમયે ખૂબ જ આનંદ અને સંતોષની લાગણી થઈ. એવું લાગ્યું કે જાણે ઈશ્વર ખુદ અમને ઈશારો આપતો હોય કે તમે સાચી દિશામાં આગળ વધી રહ્યા છો. આ હૉસ્પિટલ કદાચ ત્યાં ના હોત તો તે બહેનને ખૂબ જ તકલીફ ભોગવવી પડત કારણ કે તે વિસ્તારમાં ઉચ્ચતમ તબીબી સેવાઓની ખૂબ જ અછત છે. અમે આ હૉસ્પિટલ થકી વધારે ને વધારે તબીબી સુવિધાઓ પૂરી પાડવા માટે નિરંતર પ્રયત્નો કરી રહ્યા છીએ. આ હૉસ્પિટલને એક આદર્શ હૉસ્પિટલ બનાવવા અમારા ભગીરથ કાર્યમાં ટેકો આપવા માટે ડોડસલ નામની એક આંતરરાષ્ટ્રીય કંપની આગળ આવી છે. તેમના દ્વારા આ હૉસ્પિટલના નવીનીકરણના કાર્યની શરૂઆત તારીખ ૨૭ ઑગસ્ટ, ૨૦૧૨ના રોજ કરવામાં આવી હતી.

તદ્‌ઉપરાંત અમારા અન્ય વિસ્તરણ કેન્દ્રો ઉપર પણ કેટલીક નવી સુવિધાઓ શરૂ કરવામાં આવી. અમારા ભાદરણ વિસ્તરણ કેન્દ્ર ખાતે એક દાતા દ્વારા એક્સ-રે મશીનનું દાન કરવામાં આવ્યું. આ સુવિધા ઉપલબ્ધ થવાથી, ભાદરણ અને તેની આસપાસના ગામડાઓના લોકોને એક્સ-રેની તપાસ કરાવવા માટે દૂર દૂરના વિસ્તારો સુધી જવું નહીં પડે. પેટલાદ વિસ્તરણ કેન્દ્ર ખાતે સરકાર દ્વારા ચલાવવામાં આવતા ટી.બી. નિયંત્રણ કાર્યક્રમ હેઠળ મફત સારવાર પૂરી પાડવા માટે ડોટ્‌સ કેન્દ્રની શરૂઆત કરવામાં આવી. આવનારા સમયમાં પણ અમે અમારા વિસ્તરણ કેન્દ્ર થકી વધારે ને વધારે ગુણવત્તાસભર સુવિધાઓ પૂરી પાડવા માટેના અમારા અથાગ પ્રયત્નો ચાલુ રાખીશું.

આપ આ અંક વાંચી આપના પ્રતિભાવ અચૂક આપશો. આપના પ્રતિભાવ આપ નીચે દર્શાવેલ સરનામાં ઉપર મોકલી શકો છો અથવા તો ફોન કરી જણાવી શકો છો.

ડૉ. શ્યામસુંદર જે. રાઈઠઠા,
વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ, શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, ચારુતર આરોગ્ય મંડળ,
કરમસદ, ફોન. ૦૨૬૯૨ - ૨૨૮૩૬૨

વિભાગીય પ્રવૃત્તિઓ :

★ સોનાબા હોસ્પિટલ અને સદાબા નર્સિંગ હોમ, સેવાલીયામાં રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્ય વિમા યોજના (આર.એસ.બી. વાય.) અને કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજનાનો આરંભ

કેન્દ્ર સરકાર દ્વારા ગરીબી રેખા હેઠળ જીવતા (બી.પી.એલ.) કુટુંબો માટેની સ્વાસ્થ્યની યોજના અમલમાં મૂકવામાં આવેલ છે જેમાં એક જ પરિવારના પાંચ સભ્યોને રૂા. ૩૦,૦૦૦/- સુધીની મર્યાદામાં રહીને તબીબી સારવાર વિના મૂલ્યે આપવામાં આવે છે. સેવાલીયાની આજબાજુની ગરીબ જનતાને આનો લાભ મળે તે હેતુથી આ યોજના સોનાબા હૉસ્પિટલ અને સદાબા નર્સિંગ હોમ, સેવાલીયા ખાતે શરૂ કરવામાં આવી છે.

આ ઉપરાંત શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ દ્વારા તબીબી સારવારના અણધાર્યા ખર્ચને પહોંચી વળવા માટે "કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા" યોજના પણ સેવાલીયા ખાતે શરૂ કરવામાં આવી છે. આ યોજના હેઠળ રૂા. ૯૯/- જેવી નજીવી રકમ ભરીને રૂા. ૫,૦૦૦/- સુધીની અંદરના દર્દી તરીકેની તબીબી સારવાર મેળવી શકાય છે.

ઉપરોક્ત સ્વાસ્થ્યને લગતી બન્ને યોજનાઓનો તા. ૧૭ જુલાઈ ૨૦૧૨ના રોજ એક કાર્યક્રમ દ્વારા આરંભ કરવામાં આવ્યો હતો જેમાં તાલુકા વિકાસ અધિકારી, બ્લોક હેલ્થ ઑફિસર, ચીફ એન્જી. થર્મલ પાવર સ્ટેશન, સેવાલીયા આરોગ્ય મંડળના પ્રમુખ, અને અન્ય ટ્રસ્ટીશ્રીઓ, કરમસદ મેડિકલ કૉલેજના ડીનશ્રી, સેવાલીયા ગામની આજબાજુના ગામડાઓના સરપંચશ્રીઓ તથા દૂધ મંડળીના ચૅરમેન, તલાટી, શાળાના આચાર્ય, શિક્ષકો વગેરેએ હાજર રહીને અમને ખૂબ સારો સહકાર આપ્યો હતો.

કાર્યક્રમની પૂર્ણાહૂતિ બાદ તરત જ એક સગર્ભા માતાને સુવાવડ માટે ૧૦૮ સરકારી ઍમ્બ્યુલન્સમાં હૉસ્પિટલ ખાતે લાવવામાં આવી. તેઓ આર.એસ.બી.વાય. કાર્ડધારક હોવાને કારણે આ યોજના અંતર્ગત હૉસ્પિટલ ખાતે વિનામૂલ્યે સુવાવડ (નોર્મલ ડિલિવરી) કરાવી શક્યા. આનંદની વાત તો એ હતી કે તેમને જોડિયા બાળકોને જન્મ આપ્યો અને તેમને એક બાબો અને એક બેબી અવતર્યા. આમ ખરા અર્થમાં આ યોજનાનું ઉદ્‌ઘાટન થયું.

★ આરોગ્યલક્ષી કેમ્પ

ભાદરણ અંગ્રેજી માધ્યમના બાળકોનો હેલ્થ ચેક-અપ કેમ્પ શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ હૉસ્પિટલ દ્વારા રાખવામાં આવ્યો હતો. જેમાં ભાદરણ હૉસ્પિટલના મેડિકલ ઑફિસર ડૉ. બ્રિન્કલ પટેલ, દાંત વિભાગમાંથી ડો. હિતેશ, આંખ વિભાગમાંથી ડૉ. હર્ષિત અને ચામડી વિભાગમાંથી ડૉ. રજત દ્વારા સેવાઓ આપવામાં આવી હતી. આ કેમ્પનું સફળ આયોજન અને ડૉક્ટરશ્રીઓની સેવાની ધગશ જોઈને સ્કૂલ દ્વારા તમામ ડૉક્ટરશ્રીઓનું સન્માન કરવામાં આવ્યું.

★ ચિકનગુનીયા અંગે જાગૃતિ અભિયાન

સામાન્ય રીતે ચીકનગુનિયા વર્ષાઋતુ બાદ થતો જોવા મળે છે. વરસાદનું પાણી જે પાત્રમાં લાંબા સમય સુધી ભરાયેલું રહે છે તેમાં પોરા થતા હોય છે અને આ પોરામાંથી મચ્છર થતા તે માણસોને કરડતા ચિકનગુનિયા થતો હોય છે. તેમાં હાથપગના સાંધા, આંગળીઓ વગેરે સખત રીતે જકડાઈ જતા હોય છે તથા આખા શરીરમાં સખત દુઃખાવો રહેતો હોય છે. સામાન્ય રીતે ટાયર, પાણી ભરવાની ટાંકી વગેરેમાં પોરા થતા હોય છે. આ અંગેનું જાગૃતિ અભિયાન ભાદરણ ગામ તથા તેની આજુબાજુના ગામ જેવા કે ભાદરણીયા, વાચ્છીયેલ, પ્રતાપપુરા, અલકાપુરી, વણકરવાસ, પટેલ વિસ્તારમાં કરવામાં આવેલ હતું. આ દરમ્યાન ગામના લોકોને મચ્છરના પોરા થવાની જગ્યાઓ દેખાડવામાં આવી હતી અને તેનો નાશ કરવા માટે સમજણ આપવામાં આવી હતી.

★ સામાન્ય બિમારી તથા સ્ત્રી રોગ નિદાન કેમ્પ

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત સોનાબા હૉસ્પિટલ તથા સદાબા પ્રસુતિ ગૃહ, સેવાલીયા ખાતે ઉપરોક્ત કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પ દરમ્યાન ફિઝિશ્યન તરીકે ડૉ. વિમલ પટેલ તથા સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાંત ડૉ. કૃણાલ ઝવેરીએ પોતાની સેવાઓ આપી હતી. કેમ્પ દરમ્યાન કુલ ૧૧૧ દર્દીઓને ખૂબ રાહતદરે સારવાર આપવામાં આવી હતી.

★ દાંત રોગ નિદાન અને સારવાર કેમ્પ

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ દ્વારા આણંદ જીલ્લાના પેટલાદ

ખાતે પેટલાદ નગરપાલિકા હૉસ્પિટલનું કુશળ સંચાલન કરવામાં આવે છે. આ હૉસ્પિટલ ખાતે તા. ૧૭ અને ૧૮ ઑક્ટોબર ૨૦૧૨ના રોજ એક દાંતરોગ નિદાન અને સારવાર કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પ દરમ્યાન શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદના નિષ્ણાત ડૉક્ટરો દ્વારા દર્દીઓને મફત નિદાન અને રાહતદરે સારવારની સુવિધાઓ આપવામાં આવી હતી. આ કેમ્પમાં ૯૦ દર્દીઓએ લાભ લીધો હતો.

★ શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ સંચાલિત સોનાબા હૉસ્પિટલ અને સદાબા નર્સિંગ હોમની સુવિધાઓમાં વધારો

આ હૉસ્પિટલ ખેડા જીલ્લાના ઠાસરા તાલુકામાં સેવાલીયા ખાતે આવેલી છે. સેવાલીયા અને તેની આસપાસના વિસ્તારમાં આવેલી આ એકમાત્ર હૉસ્પિટલ છે જ્યાં ચોવીસ કલાક સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાતની સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે. આ હૉસ્પિટલને વધારેથી વધારે સુવિધાઓથી સુસજ્જ અને ગુણવત્તાસભર બનાવવા માટે અમે કટિબદ્ધ છીએ. અમારા આ પ્રયત્નોમાં ટેકો આપવા માટે ડોડસલ નામની એક આંતરરાષ્ટ્રીય કંપની આગળ આવી છે. તેમણે આ હૉસ્પિટલના નવીનીકરણનું કાર્ય હાથ ધર્યું છે તેમની મદદથી આ હૉસ્પિટલ ખાતે આઈ.સી.યુ., ટ્રોમા સેન્ટર, અદ્યતન લૅબોરેટરી, અદ્યતન ઑપરેશન થિયેટર, ડીજીટલ એક્સ-રે વગેરે જેવી સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ થશે. આ કાર્યની શુભ શરૂઆત તા. ૨૭ ઑગસ્ટ ૨૦૧૨ના રોજ કરવામાં આવી હતી. અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે આ હૉસ્પિટલની સેવાઓ સેવાલીયા આરોગ્ય મંડળ નામની સંસ્થા દ્વારા શરૂ કરવામાં આવી હતી અને વર્ષ ૨૦૧૦માં તેના કુશળ સંચાલનની જવાબદારી શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદને સોંપવામાં આવી હતી. અમારા દરેક કાર્યોમાં અમને સેવાલીયા આરોગ્ય મંડળનો પૂરતો સાથસહકાર મળી રહે છે.

★ આણંદ એગ્રીકલ્ચર યુનિવર્સિટી હેલ્થ સેન્ટરમાં નવી સુવિધા આરંભ

ઉપરોક્ત હેલ્થ સેન્ટર ઉપર નીચે જણાવ્યા મુજબની ડૉક્ટરશ્રીઓની આરોગ્ય સેવાઓ વધારવામાં આવી છે.

૧. **મેડિસીન વિભાગઃ** મહિનાનો બીજો અને ચોથો શુક્રવાર, સમયઃ બપોરના ૩.૦૦ થી ૫.૦૦

૨. **ચામડી રોગઃ** મહિનાનો પહેલો અને ત્રીજો મંગળવાર, સમયઃ સવારના ૧૦.૦૦ થી ૧.૦૦

૩. **માનસિક રોગઃ** મહિનાનો પહેલો અને ત્રીજો સોમવાર, સમયઃ સવારના ૧૦.૦૦ થી ૧.૦૦

૪. **સ્ત્રી રોગઃ** મહિનાનો પહેલો શુક્રવાર, સમયઃ બપોરના ૩.૦૦ થી ૫.૦૦

૫. **દંત રોગઃ** દર મંગળઅને શુક્રવાર, સમયઃ સવારના ૧૦.૦૦ થી ૧.૦૦.

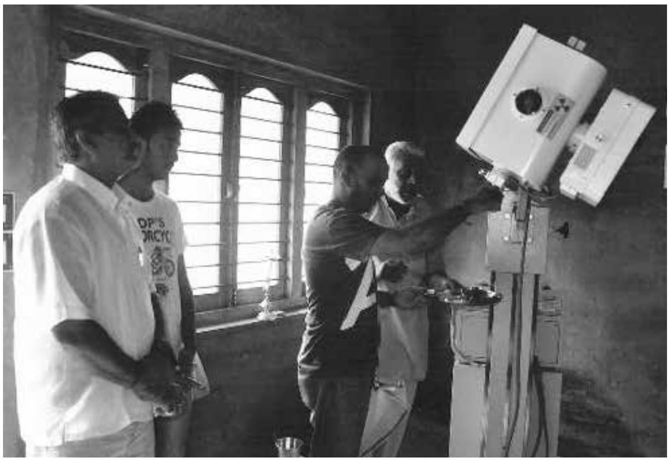
આ સુવિધાઓનું ઉદ્‌ઘાટન કરવા માટે એક સમારોહનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સમારોહમાં ચારુતર આરોગ્ય મંડળના સી.ઈ.ઓ. શ્રી સંદીપભાઈ દેસાઈ, આણંદ કૃષિ યુનિવર્સિટીના કુલપતિ શ્રી એમ.એમ. શેખ તેમજ સ્ટુડન્ટ વૅલફેરના ડાયરેક્ટર ડૉ. પંડ્યા સહિત શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલના ડૉક્ટરશ્રીઓ અને આણંદ કૃષિ વિદ્યાલયના મહાનુભાવો હાજર રહ્યા હતા.

★ શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ સંચાલિત ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ હૉસ્પિટલ, ભાદરણ ખાતે નવી સુવિધાનો આરંભ

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ સંચાલિત ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ હૉસ્પિટલ, ભાદરણ ખાતે ઉચ્ચતમ તબીબી સેવાઓ ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવે છે. આ હૉસ્પિટલ દ્વારા અપાતી સારવાર અને સુવિધાઓથી સંતુષ્ટ અને ખુશ થઈને શ્રી ધિમંતભાઈ સોની અને શ્રી સરજુભાઈ સોની દ્વારા તેમના માતૃશ્રીની યાદમાં એક એક્સ-રે મશીનનું દાન કરવામાં આવ્યું હતું. આમ આ હૉસ્પિટલ ખાતે એક પાયાની જરૂરિયાતનો ઉમેરો કરવામાં આવ્યો. એક્સ-રેની સુવિધા ઉપલબ્ધ થવાથી ભાદરણ અને તેની આસપાસના વિસ્તારના ગામોની જનતાને દૂર દૂર સુધી એક્સ-રે માટે જવું નહી પડે. તા. ૨૧ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૧૨ના રોજ આ સુવિધાનું ઉદ્‌ઘાટન કરવામાં આવ્યું હતું. વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા શ્રી ધિમંતભાઈ સોની અને શ્રી સુરજભાઈ સોનીને તેમના આ સેવાભાવી કાર્ય બદલ આભાર અને અભિનંદન પાઠવવામાં આવે છે.

★ ગ્રામ્ય આરોગ્ય કાર્યકરોની તાલીમ

વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા ગામડાઓને આરોગ્યલક્ષી



સુવિધાઓ પૂરી પાડવા માટે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં આવે છે. આ હેતુસર કરમસદની આસપાસના વિસ્તારના ૨૭ ગામડાઓમાં એક એક આરોગ્ય કાર્યકર બહેન તૈયાર કરવામાં આવી છે. આ બહેનો નાની સામાન્ય બીમારીઓ અને તકલીફો માટે સારવાર અને આરોગ્ય શિક્ષણ આપે છે. તેમને વધારે ને વધારે કાર્યકુશળ બનાવવા માટે દર ત્રણ મહિને તેમને તાલીમ આપવામાં આવે છે. તા. ૨૭-૯-૨૦૧૨ના રોજ તેમની તાલીમ રાખવામાં આવી

હતી. તાલીમ દરમ્યાન તેમને પોતપોતાના ગામડાઓમાં સર્વે કરવા માટે તૈયાર કરવામાં આવ્યા હતા. આ સર્વેનો મુખ્ય હેતુ ગામમાં બ્લડ પ્રેશર, ડાયાબિટિસ, કેન્સર, માનસિક રોગો અને હૃદયની બીમારીઓનું પ્રમાણ જાણવાનો છે. એવું અનુમાન કરવામાં આવે છે કે આપણે ત્યાં આ બધી બીમારીઓનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે આ સર્વે દ્વારા આ બધી બીમારીઓ વિશે અમને ચોક્કસ માહિતી મળશે અને આવનારા સમયમાં આ બીમારીઓનું નિરાકરણ લાવવા માટે અમને અમારી નીતિઓ ઘડવામાં ઉપયોગી થશે. તા. ૨૦-૧૨-૧૨ ના રોજ આરોગ્ય કાર્યકર બહેનો માટે માસિક રોગ ઉપર આરોગ્ય શિક્ષણ આપવા માટેની તાલીમ ગોઠવવામાં આવી હતી. આ તાલીમ દરમ્યાન તેમને ફ્લીપ ચાર્ટનો ઉપયોગ કરવાનું સમજાવવામાં પણ આવ્યું હતું. તેમને આરોગ્ય શિક્ષણ આપવા માટે વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા ફ્લીપ ચાર્ટ આપવામાં આવ્યા હતા.

★ આંખ રોગ નિદાન કેમ્પ

આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા હૉસ્પિટલની આજુબાજુના કુલ ૨૭ ગામમાં આરોગ્યલક્ષી કામ કરવામાં આવી રહ્યું છે. આમાંથી નાપાડ (વાંટા), પોરડા, દેદરડા, બાકરોલ અને હાડગુડમાં આંખરોગ નિદાન કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં કુલ ૫૯૩ દર્દીઓએ લાભ લીધો હતો અને કુલ ૪૧ દર્દીઓનું મોતીયાનું ઑપરેશન શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ ખાતે વિનામૂલ્યે કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પ શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલના બિઝનેસ ડૅવલપમેન્ટ વિભાગ અને આંખ વિભાગના સહિયારા પ્રયત્નોથી પાર પાડ્યો હતો.

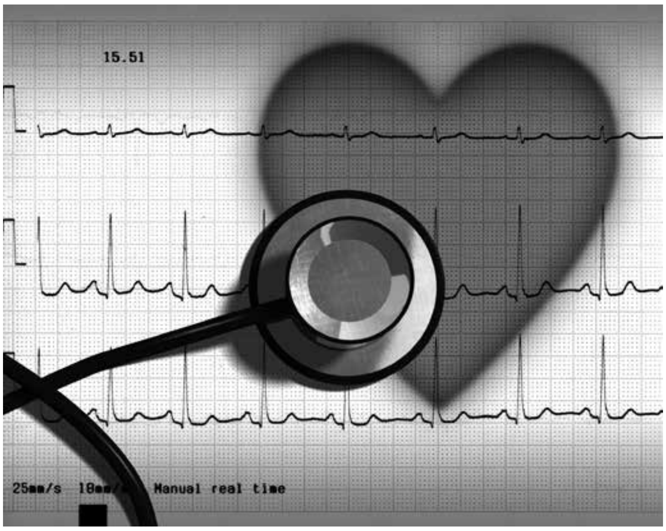
★ સ્વચ્છતા અભિયાન

વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા ૨૭ ગામમાં આરોગ્યલક્ષી કાર્યક્રમો કરવામાં આવે છે. આપણા શરીરની સ્વચ્છતા ઉપર ધ્યાન રાખવું ખૂબ જ જરૂરી છે કારણ કે તેનાથી આપણે કેટલાક રોગ થતાં જ તેને અટકાવી શકીએ છીએ. આ વાતને ધ્યાનમાં રાખીને આ વિભાગ દ્વારા ચામડીના રોગની સામે રક્ષણ મેળવવા લીમડાના સાબુનું વિતરણ કરવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત બહેનોને માસિક દરમ્યાન વાપરવા માટે સેનેટરી નેપકીન આપવામાં આવે છે જેથી કરીને અંગત સ્વચ્છતા જળવાઈ રહે. આ બન્ને વસ્તુઓનો વપરાશ બહોળા પ્રમાણમાં થઈ રહ્યો છે. જે બતાવે છે કે ગ્રામીણ પ્રજામાં અને

બહેનોમાં સ્વચ્છતાનો અભિગમ છે. ગ્રામજનોને અંગત સ્વચ્છતા વિશે સમજાવવા માટે ગ્રામ્ય આરોગ્ય કાર્યકર બહેનોને વિશેષ તાલીમ પણ આપવામાં આવી હતી.

હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી

ઉત્તરાયણનો દિવસ હતો. ડૉ. મહેશભાઈ ધાબા ઉપર પતંગ ઉડાવતા હતા. તેમની ઉંમર ૩૫ વર્ષની હતી. ૪ વર્ષ પહેલાં જ તેમના લગ્ન થયા હતા અને તેમની પ્રેક્ટીસ પણ સારી ચાલતી હતી. પતંગ ઉડાવતા તેમને અચાનક અતિશય પરસેવો અને ગભરામણ થતાં ચક્કર ખાઈને પડી ગયા. તેમની પત્ની અને તેમના પરિવારવાળા ખૂબ જ ચિંતામાં પડી ગયા. ૧૦૮ ઍમ્બ્યુલન્સને બોલાવવામાં આવી અને તેમને હૉસ્પિટલ લઈ જવામાં આવ્યા. રસ્તામાં તેમની તાત્કાલિક સારવાર શરૂ કરવામાં આવી. તેમને એક સારી હૃદયની હૉસ્પિટલ ખાતે લઈ જવામાં આવ્યા અને એન્જીયોગ્રાફી કરવામાં આવી. તેમના હૃદયમાં લોહી પહોંચાડતી એક નળીમાં બ્લોક હતો અને તેની સારવાર માટે એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરવામાં આવી. ભગવાનની કૃપાથી તેમની સારવાર સફળ રહી અને તેમને જીવનદાન મળ્યું. તેમની સારવારનો કુલ ખર્ચ આશરે રૂા. દોઢ લાખ જેટલો થયો.



આ કિસ્સો સાંભળી તમને કદાચ નવાઈ લાગશે પણ મિત્રો, આ એક ખરેખર ઘટેલી ઘટના ઉપર આધારિત કિસ્સો છે અને મહત્ત્વની વાત તો એ છે કે આપણે ત્યાં આવા કિસ્સાઓ વધી રહ્યા છે. હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બિમારીઓનો પ્રકોપ આપણે ત્યાં દિવસે ને દિવસે વધી રહ્યો છે. આંકડાઓ પ્રમાણે આપણા દેશમાં થતા કુલ મૃત્યુમાંથી ૨૯% મૃત્યુ હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીને કારણે થાય છે. તેનાથી પણ વધારે ચિંતાની વાત એ છે કે આ બીમારી થવાની ઉંમર ઘટી રહી છે. પહેલાં એવું હતું કે ૫૦-૬૦ વર્ષે અથવા તેનાથી વધારે ઉંમરે હૃદયની બીમારી થતી પણ હવે તો આ બીમારી ૩૦-૩૫ વર્ષની ઉંમરે પણ ચિંતાજનક પ્રમાણમાં જોવા મળી રહી છે. આ કારણોસર આપણે હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી વિશે પાયાની માહિતી હોવી ખૂબ જ જરૂરી છે. તો ચાલો આપણે આ બીમારી વિશે થોડી વિસ્તૃત માહિતી મેળવી લઈએ.

હૃદયને લોહી ઓછું પહોંચવાથી શું શું તકલીફ થાય છે?

આ સવાલનો જવાબ મેળવતા પહેલાં હૃદયની કાર્યપદ્ધતિ વિશે થોડી માહિતી મેળવી લઈએ.

હૃદય માણસના શરીરમાં એક પંપનું કામ કરે છે. તે આખા શરીરમાં લોહી ફરતું રાખે છે જેનાથી શરીરના દરેક અંગને કામ કરવાની શક્તિ મળે છે. આ દરેક અંગોમા લોહી પહોંચાડતી નળીઓને ધમની તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. હૃદયને પણ પોતાનું કામ કરવા માટે શક્તિની જરૂર પડે છે અને તેને લોહી પહોંચાડવા માટે પણ અલગ નળીઓની વ્યવસ્થા આપણા શરીરમાં હોય છે.

જ્યારે હૃદયને લોહી પહોંચાડતી નળીઓની દિવાલ જાડી થઈ જાય છે ત્યારે તેમાંથી વહેતા લોહીનો પ્રવાહ ઘટી જાય છે અને હૃદયને ઓછું લોહી પહોંચે છે. શરૂઆતના તબક્કે તો હૃદય હેમખેમ પોતાનું કામ ચલાવી લે છે પણ જેમ જેમ લોહીનો પ્રવાહ વધારે ઘટતો જાય છે તેમ તેમ હૃદયને કામ કરવામાં તકલીફો ઊભી થાય છે. જ્યારે હૃદયને કામ કરવામાં તકલીફ પડે છે ત્યારે માણસને શ્વાસ ચડવો, ગભરામણ થવી અને છાતીમાં દુઃખાવો થવા જેવા લક્ષણોનો અનુભવ કરવો પડે છે. જેમ જેમ લોહીનો પ્રવાહ ઘટતો જાય છે તેમ તેમ દર્દીને થતી તકલીફ વધતી જાય છે. શરૂઆતમાં તેને શારીરિક શ્રમ કરવાથી અથવા કોઈ માનસિક તાણની સ્થિતિ અનુભવવાથી તકલીફ થાય છે પણ જ્યારે તકલીફ ખૂબ જ વધી જાય છે ત્યારે તેને બેઠા-બેઠા અથવા સૂતા-સૂતા પણ આ તકલીફ થાય છે. જ્યારે દર્દીને આ તકલીફને લીધે દુઃખાવો થાય છે ત્યારે તેને એવું લાગે છે કે જાણે છાતી ઉપર કોઈ ભાર અથવા વજન મૂકવામાં આવ્યું હોય અને તે દુઃખાવો તેના જડબા અને ડાબા ખભા સુધી ફેલાય છે. ઘણી વખત એવું થાય છે કે દર્દીને ઉપર મુજબના કોઈ લક્ષણો દેખાતા નથી અને તેને અચાનક જ ઘાતક હુમલો આવે છે. જેમાં તેને સતત દુઃખાવો ઉપડે છે અથવા તો કોઈ પણ લક્ષણ વગર તે ચક્કર ખાઈને પડી જાય છે. અને આવા કિસ્સાઓમાં તુરંત સારવાર ન મળવાથી દર્દીનું મૃત્યુ નીપજી શકે છે. ડાયાબીટીસવાળા દર્દીમાં ઘણી વખત એવું થાય છે કે તેમને હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી હોવા છતાં બિલકુલ લક્ષણો જણાતા નથી અને સામાન્ય તપાસ કરાવતી વખતે બીમારીની જાણકારી મળે છે.

આ બિમારીમાં હૃદયમાં કામકાજ ઉપર અસર થવાથી કેટલાક લક્ષણો ઊભા થાય છે જેમ કે, પગમાં સોજા આવવા, ખૂબ જ શ્વાસ ચડવો, કિડનીના કામકાજ ઉપર અસર થવી વગેરે.

આ બીમારી થવાના કયા કયા કારણો હોઈ શકે?

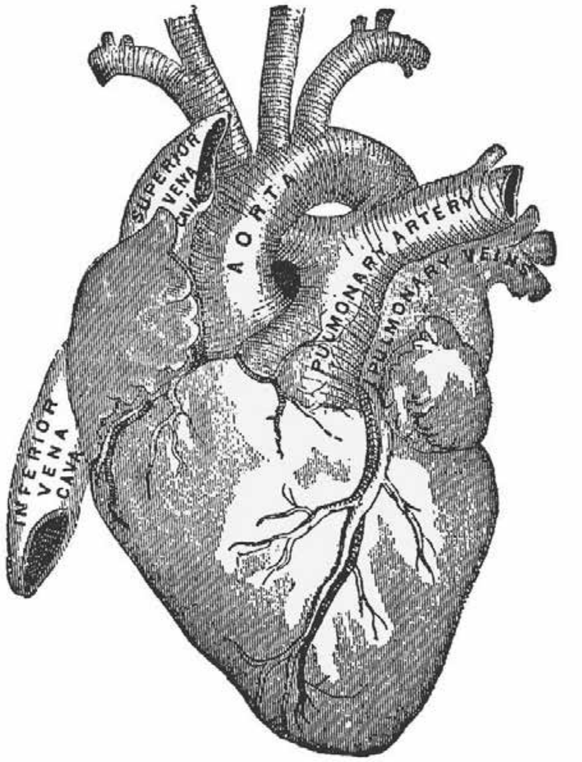
આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે હૃદયમાં લોહી પહોંચાડતી નળીઓ (ધમનીઓ) જ્યારે સાંકડી થઈ જાય છે ત્યારે હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચાડવાની બીમારી થાય છે. આ નળીઓ સાંકડી થવાના કારણો નીચે મુજબ છેઃ

૧. ઉંમર વધવીઃ સામાન્ય રીતે ઉંમર વધવાથી લોહીની નળીઓની દિવાલ જાડી થતી જાય છે અને તે સાંકડી થતી જાય છે. ૬૦ વર્ષની ઉંમર પછી આ પ્રક્રિયા વધારે જોવા મળે છે.

૨. બીડી/સિગારેટનું વ્યસન કરવાથીઃ બીડી/સિગારેટના ધુમાડામાં રહેલા હાનિકારક તત્ત્વો આખા શરીરની નળીઓને નુકસાન કરે છે અને તેમને સાંકડી બનાવે છે.

૩. ડાયાબિટિસઃ ડાયાબિટિસના દર્દીઓમાં લોહીમાં સુગર (ગ્લુકોઝ)નું પ્રમાણે વધારે હોવાથી હૃદયમાં લોહી લઈ જતી નળીઓને નુકસાન થાય છે અને તેઓ સાંકડી થતી જાય છે. ડાયાબિટિસ કંટ્રોલમાં ન રહેતો હોય તેવા દર્દીઓમાં આ તકલીફ થવાની શક્યતા ખૂબ જ વધારે હોય છે.

૪. લોહીમાં કોલેસ્ટ્રોલ (ચરબી)નું પ્રમાણ વધારે હોવું : જે લોકોની જીવન શૈલીમાં કસરતનું અને શારિરિક શ્રમનું પ્રમાણ ઓછું હોય છે અને જેઓ પોતાના ખોરાકમાં વધારે પડતી ચરબીવાળી વસ્તુઓ (ઘી, તેલ વિગેરે) સેવન કરે છે તેમને લોહીમાં વધારે કોલેસ્ટ્રોલની તકલીફ થાય છે. શરીરમાં રહેલું વધારે પડતા કોલેસ્ટ્રોલનું પ્રમાણ લોહીની નળીઓને નુકશાન કરે છે.



૫. હાઈ બ્લડ પ્રેશર (બી.પી.) ની તકલીફઃ લોહીનું દબાણ (બ્લડપ્રેશર - બી.પી.) વધારે રહેવાથી, લોહીની નળીઓને નુકશાન થાય છે અને તે સાંકડી થતી જાય છે. જે લોકોને હાઈ બ્લડ પ્રેશરની તકલીફ હોય છે અને જેઓ સમયસર દવા નથી લેતા તેમને આ તકલીફ થાય છે.

૬. વારસાગતઃ અમુક લોકોને તેમના માતાપિતામાંથી આ રોગ વારસામાં મળે છે. ખાસ કરીને કોઈ વ્યક્તિના માતા અથવા પિતાને નાની ઉંમરે આ તકલીફ થઈ હોય ત્યારે આ રોગ વારસામાં તેમના બાળકોને મળવાની શક્યતા ખૂબ જ વધી જાય છે. આમ હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીનું કોઈ એક ચોક્કસ કારણ નથી અને અલગ અલગ કિસ્સાઓમાં ઉપરમાંના એક અથવા એકથી વધારે કારણો જવાબદાર હોઈ શકે છે.

આ બીમારી બીજા કયા કયા નામોથી ઓળખાય છે?

આ બીમારી નીચે મુજબના નામોથી ઓળખાય છે.

૧. હૃદયનો હુમલો (હાર્ટ ઍટેક) ૨. એન્જાયના

૩. હાર્ટ ફેલ થવું ૪. એમ.આઈ.

કોઈ વ્યક્તિને હૃદયનો હુમલો આવાના લક્ષણો દેખાય તો શું કરવું જોઈએ?

જો આપના ધ્યાનમાં એવી કોઈ વ્યક્તિ આવે કે જેને હૃદયનો હુમલો આવી રહ્યો હોય તો સૌથી પહેલું કામ તેને આરામ પહોંચાડવાનું અને તેની ગભરામણ ઓછી કરવાનું કરવું જોઈએ. તે વ્યક્તિ ઊભી હોય અથવા તો કોઈ કામ કરતી હોય તો તેને બેસાડી દેવી જોઈએ. તે પછી જરા પણ સમય બગાડ્યા વગર ૧૦૮ નંબર ઉપર ફોન કરીને ઍમ્બ્યુલન્સને બોલાવી લેવી જોઈએ. ઍમ્બ્યુલન્સ આવતા સુધીમાં દર્દીને બને તેટલો શારીરીક અને માનસિક આરામ પહોંચાડવાની કોશીષ કરવી જોઈએ. જો તે વ્યક્તિ બેભાન થઈ જાય તો સી.પી.આર. (CPR - Cardio Pulmonary Resuscitation) ની તાલીમ લીધેલ વ્યક્તિઓ સી.પી.આર.ની પ્રક્રિયા કરવી જોઈએ.

હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીથી લાંબે ગાળે, માણસને શું શું તકલીફો થઈ શકે?

હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીથી લાંબે ગાળે માણસને નીચેનામાંથી કોઈ પણ તકલીફ થઈ શકે છે.

(૧) હાર્ટ ઍટેક (હૃદયનો હુમલો)ઃ હૃદયના કોઈપણ ભાગને લોહી મળવાનું બિલકુલ બંધ થઈ જવાથી આ તકલીફ થાય છે જેને લીધે હૃદયનાં તે ભાગનો નાશ થાય છે. આ ખૂબ જ ગંભીર સ્થિતિ હોય છે જેમાં માણસને યોગ્ય સમયે સારવાર ન મળવાથી તેનું મૃત્યુ નીપજી શકે છે. હૃદયનો હુમલો આવનાર વ્યક્તિને અલગ અલગ પ્રકારના લક્ષણો હોઈ શકે છે. તેને છાતીમાં સખત દુઃખાવો ઉપડે છે. ખૂબ જ પરસેવો અને ગભરામણ થાય છે અને ઘણી વખત ચક્કર ખાઈને પડી જાય છે. ઘણી વખત આમાંથી કોઈ એક અથવા કોઈ પણ લક્ષણ ન હોઈ તેવી સ્થિતિ પણ બની શકે છે.

(૨) હાર્ટ ફેલિયર - હૃદયની કામ કરવાની શક્તિ ઘટી જવીઃ

હૃદયના કોઈ પણ ભાગને લાંબા સમયથી ઓછું લોહી પહોંચવાથી તેની કામ કરવાની શક્તિ ખૂબ જ ઘટી જાય છે. તેને લીધે દર્દી ખૂબ જ જલ્દી થાકી જાય છે, તેને શ્વાસ ચડે છે અને શરીરમાં સોજા આવે છે. ઘણી વખત હૃદય ઓછું કામ કરવાથી કિડની ઉપર પણ અસર થાય છે અને

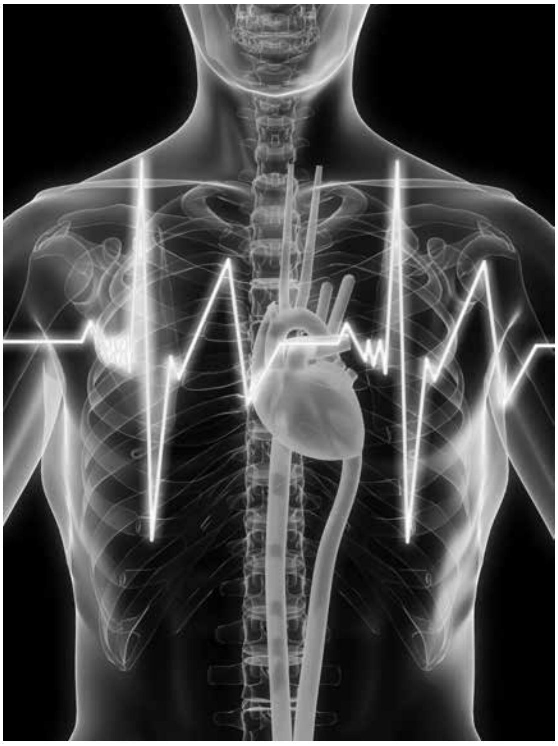
કિડની ફેઈલ થવાની શક્યતા ખૂબ જ વધી જાય છે.

હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીથી બચવા માટે શું શું કરવું જોઈએ?

આ બીમારીથી બચવા માટે નીચે મુજબની તકેદીરાઓ લેવી જોઈએઃ

૧. સિગારેટ અથવા બીડીનું વ્યસન હોય તો તે તરત બંધ કરી દેવું જોઈએ. તમે જેટલું જલ્દી આ વ્યસન બંધ કરશો તેટલું તમારું જીવન લાંબુ થશે.

૨. બી.પી. અથવા ડાયાબિટિસની બીમારી હોય તો તેની યોગ્ય અને નિયમિત સારવાર લેવી. આ બંને બીમારીઓની સારવાર મોટાભાગના કિસ્સાઓમાં જીવનભર લેવી પડતી હોય છે તેને મટાડી તો નથી શકાતા પણ નિયંત્રણમાં જરૂરથી રાખી શકાય છે.



૩. ખોરાકમાં ચરબીવાળી વસ્તુઓનો ઉપયોગ બને એટલો ઓછો કરવો જોઈએ તે માટે નીચેના પ્રયોગો કરી શકાય.

- ઘી વગરની રોટલી લઈ શકાય.
- શાકના વઘારમાં એકદમ ઓછું તેલ વાપરવું.
- બને ત્યાં સુધી તળેલી વસ્તુઓ જેમ કે પૂરી, ગોટા, સમોસા વગેરેનું સેવન ઓછું કરવું જોઈએ.
- બજારમાં મળતી તૈયાર વસ્તુઓ જેમ કે, વેફર્સ, બર્ગર, પફ, વગેરેનું સેવન ઘટાડવું જોઈએ. આ બધી વસ્તુઓમાં તેલ અને મીઠા (નમક)નું પ્રમાણ વધારે હોય છે.
- બટર અને ચીઝનો ઉપયોગ ખોરાકમાં બંધ કરવો જોઈએ અથવા તો બને એટલો ઓછો કરવો જોઈએ.

૪. ખોરાકમાં ફળોનું પ્રમાણ વધારવું જોઈએ.

૫. ખોરાકમાં સલાડનું પ્રમાણ વધારવું જોઈએ. કોબીજ, ગાજર, કાકડી, ટામેટા વગેરે ધોઈને સાફ કરીને કાચેકાચા ખાવાથી ફાયદો થાય છે.

૬. નિયમિત કસરત અને વ્યાયામ કરવા ખૂબ જ જરૂરી છે દિવસમાં દરરોજ અડધો કલાક ચાલવાથી શરીર સ્ફૂર્તિલું રહે છે અને લોહીના ઊંચા દબાણ સિવાય બીજી અન્ય બીમારીઓમાં પણ ફાયદો થાય છે.

૭. માનસિક તાણ ઘટાડવા માટે ધ્યાન, પ્રાણાયામ અને યોગ કરી શકાય પણ એક વાત હમેશાં ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે પ્રાણાયામ અને યોગ નિષ્ણાત વ્યક્તિના માર્ગદર્શન હેઠળ કરવા જોઈએ.

હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી માટે કઈ કઈ તપાસ કરવામાં આવે છે અને દરેકનું મહત્ત્વ શું છે?

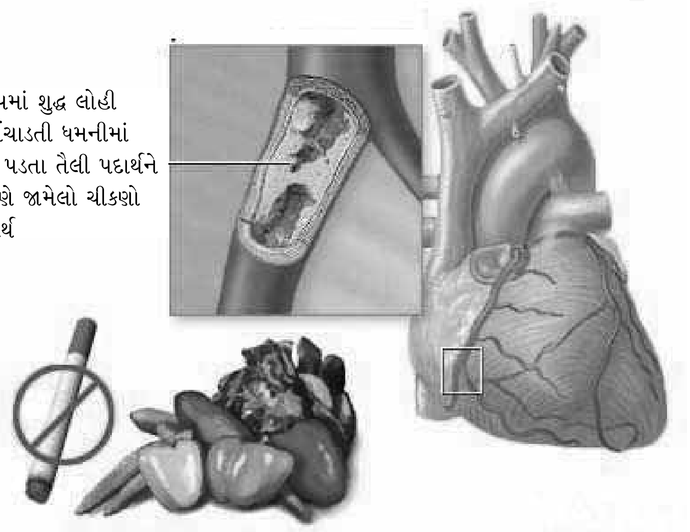
આ બીમારી માટે કરવામાં આવતી તપાસ અને તેનું મહત્ત્વ નીચે દર્શાવવામાં આવ્યા છેઃ

(૧) ઈલેક્ટ્રો કાર્ડિયોગ્રામ (હૃદયની પટ્ટી): આ એક પ્રાથમિક તપાસ છે અને સામાન્ય રીતે આ બીમારીનું નિદાન કરવા માટે સૌથી પહેલા કરવામાં આવે છે. આ તપાસ ઈમરજન્સીમાં પણ કરવામાં આવે છે અને તેનાથી હાર્ટએટેક છે કે નહિ તેનું નિદાન થઈ શકે છે. તપાસ કરતા સમયે, વ્યક્તિને છત્તા સુવડાવીને તેની છાતી ઉપર અને હાથપગમાં પીન લગાવવામાં આવે છે. આ તપાસ દરમ્યાન દર્દીને કોઈ પણ તકલીફ કે પીડા થતી નથી અને તેનાથી બિલકુલ ગભરાવાની જરૂર નથી.

(૨) ઈકો કાર્ડિયોગ્રામઃ આ તપાસને સામાન્ય રીતે "ઈકો" તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ તપાસ દરમ્યાન હૃદયની સોનોગ્રાફી કરવામાં આવે છે અને હૃદય કેટલું કામ કરે છે તેની ખબર પડે છે. તેનો રિપોર્ટ ડૉક્ટર ટકાવારી પ્રમાણે જણાવતા હોય છે. સામાન્ય રીતે જ્યારે હૃદય ૬૦% થી વધારે કામ કરતું હોય તો તે બરાબર કહેવાય.આ તપાસ દ્વારા તે પણ જાણી શકાય છે કે દર્દીને ભૂતકાળમાં હૃદયનો હુમલો આવ્યો છે કે નહિ. તદુપરાંત હૃદયમાં બીજા અવયવોને બીમારી વિશે પણ તપાસ દ્વારા જાણી શકાય છે. આ તપાસ દરમ્યાન પણ દર્દીને કોઈ પણ તકલીફ થતી નથી. પણ આ તપાસ કાર્ડિયોગ્રામની તપાસ કરતાં થોડી મોંઘી હોય છે.

(૩) ટ્રેડમીલ ટેસ્ટ (પટ્ટા પર દોડવાની તપાસ): આ તપાસમાં દર્દીને એક ટ્રેડ મીલ ઉપર ચાલવાનું કહેવામાં આવે છે અને ચાલતા ચાલતા તેનો કાર્ડિયોગ્રામ કાઢવામાં આવે છે. ટ્રેડમીલ એક એવું મશીન છે જેમાં નીચે એક પહોળો પટ્ટો હોય છે અને તેના ઉપર દર્દીએ ઊભા રહેવાનું હોય છે. મશીન ચાલુ કરવાથી પટ્ટો ચાલવા લાગે છે અને તેના ઉપર ઊભેલ દર્દીએ ચાલવાનું હોય છે. ધીરે ધીરે આ પટ્ટાની ઝડપ વધારવામાં આવે છે અને તેની સાથે સાથે દર્દીએ પણ પોતાની ચાલવાની ઝડપ વધારવી પડે છે. આ આખી પ્રક્રિયા દરમ્યાન દર્દીનો કાર્ડિયોગ્રામ રૅકોર્ડ કરવામાં આવે છે. દર્દીને સૂચના આપવામાં આવે છે કે જ્યારે તેને અતિશય થાક લાગે, છાતીમાં દુઃખાવો થવા લાગે, ગભરામણ થાય,

ચક્કર આવે અથવા બીજી કોઈ તકલીફ થાય તો તેમણે તુરંત જણાવવું અને પટ્ટાને બંધ કરી દેવામાં આવશે અને આ ટેસ્ટ પૂરો કરવામાં આવશે. આ આખી પ્રક્રિયા દરમ્યાન રૅકોર્ડ થયેલ કાર્ડિયોગ્રામનું ડૉક્ટર દ્વારા અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. આ પરિક્ષણ એવી વ્યક્તિમાં કરવામાં આવે છે કે જેમનામાં કાર્ડિયોગ્રામનો રિપોર્ટ નોર્મલ હોય છે. પણ ડૉક્ટરને એવી શંકા હોય છે કે આ વ્યક્તિને હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારી શરૂઆતના તબક્કામાં છે. આ તપાસ શરૂ કરતા પહેલા દર્દી તેને આપવામાં આવતા સૂચનો બરાબર રીતે સમજી લેવા જોઈએ અને કોઈ પણ મૂંઝવણ હોય તો તેને ચોખવટ કરી લેવી જોઈએ. આ પરિક્ષણ દરમ્યાન દર્દીને કોઈ પણ તકલીફ થાય અને તે બોલી શકે તેમ ના હોય તો તેણે તેની સામેનું લાલ બટન દબાવીને આ પ્રક્રિયાને બંધ કરી દેવી જોઈએ.



હૃદયમાં શુદ્ધ લોહી પહોંચાડતી ધમનીમાં વધુ પડતા તૈલી પદાર્થને કારણે જામેલો ચીકણો પદાર્થ

(૪) એન્જિયોગ્રાફી (હૃદયને લોહી પહોંચાડતી ધમનીઓની તપાસ): આ એક મોટી તપાસ છે. આ તપાસ દ્વારા ડૉક્ટર જાણી શકે છે કે હૃદયને લોહી પહોંચાડતી કેટલી નળીઓમાં અને કેટલી હદે બ્લૉક છે. આ તપાસ દરમ્યાન દર્દીના શરીરમાં એક દવાનું ઈંજેક્શન આપવામાં આવે છે અને તે આખા શરીરમાં ફેલાઈ જાય છે. તે પછી હૃદયને લોહી પહોંચાડતી નળીઓના એક્સ-રે દ્વારા ફોટા પાડવામાં આવે છે. આ તપાસ થોડી વધારે ખર્ચાળ હોય છે અને આ તપાસ કરાવ્યા પછી દર્દીને એક રાત માટે આઈ.સી.યુ.માં રાખવામાં આવે છે. આ તપાસ કરતી વખતે જો જરૂર જણાય તો ડૉક્ટર દ્વારા સારવાર માટે એન્જિયોપ્લાસ્ટી પણ કરવામાં આવે છે. આ માટે દર્દીના સગાને પહેલેથી જ જાણ કરવામાં આવેલી હોય છે અને જરૂર પ્રમાણે એન્જિયોગ્રાફીની પ્રક્રિયા દરમ્યાન તેમને ફરીથી નિર્ણય લેવા માટે પૂછવામાં આવે છે. દર્દીના સગાની સહમતિ હોય તો એન્જિયોપ્લાસ્ટી કરી દેવામાં આવે છે.

(૫) લોહીની તપાસઃ આ બીમારી માટે નીચે મુજબની લોહીની તપાસ કરવામાં આવે છે.

(૧) કોલેસ્ટ્રોલ (લોહીમાં ચરબીનું પ્રમાણ): આ તપાસ દ્વારા કોઈ પણ વ્યક્તિના લોહીમાં કૉલેસ્ટ્રોલનું કેટલું પ્રમાણ છે તે જાણી શકાય છે. જો તે વધારે હોય તો તે હૃદયમાં લોહી પહોંચાડતી નળીઓનું નુકસાન કરે છે અને તે જલ્દી સાંકડી થઈ જાય છે. યોગ્ય સારવાર આપવાથી લોહીમાં કોલેસ્ટ્રોલનું પ્રમાણ નિયંત્રણમાં રાખી શકાય છે.

(૨) ડાયાબિટિસની તપાસ (બ્લડ સુગર): હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની બીમારીને અટકાવવા માટે ડાયાબિટિસ નિયંત્રણમાં રાખવો ખૂબ જ જરૂરી બને છે અને લોહીની તપાસ દ્વારા ડાયાબિટસ કેટલો નિયંત્રણમાં છે તે માહિતી મળી શકે છે.

તદુપરાંત જરૂર પ્રમાણે ડૉક્ટર અન્ય તપાસ કરાવતા હોય છે જેનાથી દર્દીની સારવાર સારી રીતે થઈ શકે.

આ બીમારીની સારવાર માટે શું શું વિકલ્પો ઉપલબ્ધ છે?

આ બીમારની સારવાર માટે મુખ્યત્વે ત્રણ વિકલ્પો ઉપલબ્ધ છેઃ દવાઓ વડે સારવાર, એન્જિયોપ્લાસ્ટી અને બાયપાસ ઑપરેશન.

(૧) દવાઓ દ્વારા સારવારઃ જ્યારે બીમારી શરૂઆતના તબક્કામાં હોય છે ત્યારે દર્દીની નિયમિત દવાઓ ગળાવીને સારવાર કરવામાં આવે છે. તદુપરાંત જ્યારે બીમારી એટલી બધી વધી ગઈ હોય છે કે અન્ય બે સારવાર વિકલ્પો શક્ય ન હોય, ત્યારે પણ દર્દીને શક્ય હોય તેટલી રાહત માટે દવાઓ આપીને સારવાર કરવામાં આવે છે.

(૨) એન્જિયોપ્લાસ્ટી : આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે એન્જિયોગ્રાફીની તપાસ કરતી વખતે આ સારવાર કરવામાં આવે છે. આ પ્રક્રિયા દરમ્યાન હૃદયને લોહી પહોંચાડતી નળીમાં એક સ્ટેન્ટ (stent) બેસાડવામાં આવે છે. તે સ્પ્રીંગ જેવું હોય છે અને લોહી પહોંચાડતી નળીને પહોળી કરી દે છે. કેટલાક આવા સ્ટેન્ટમાંથી દવા પણ છૂટે છે જે લોહી પહોંચાડતી નળી ઉપર અસર કરે છે અને તેને પહોળી રાખવામાં મદદ કરે છે. આવું થવાથી હૃદયને બરાબર લોહી પહોંચતું રહે છે.

(૩) બાયપાસ ઑપરેશનઃ જ્યારે હૃદયને લોહી પહોંચાડતી નળીઓ ખૂબજ સાંકડી થઈ ગઈ હોય અને એન્જિયોપ્લાસ્ટીથી તે પહોળી થઈ શકે તેમ ન હોય ત્યારે આ ઑપરેશન કરવામાં આવે છે. આ ઑપરેશન ખૂબ જ મોટું ગણાય છે. ઑપરેશન દરમ્યાન શરીરના બીજા કોઈ ભાગ (જેમ કે હાથ અથવા પગ)માંથી નસનો એક ભાગ કાઢવામાં આવે છે અને તેને હૃદયની પાસે બેસાડવામાં આવે છે. તે પછી હૃદયને આ નવી બેસાડેલી નળી દ્વારા લોહી પૂરું પાડવામાં આવે છે. આ ઑપરેશન પછી દર્દીને આશરે ૮ થી ૧૦ દિવસ સુધી હૉસ્પિટલમાં રહેવું પડે છે. તદુપરાંત ઑપરેશન પછી દર્દીને ખૂબ જ તકેદારી રાખવાની હોય છે. બરાબર સંભાળ ન રાખવાથી નવી બેસાડેલી નળી પણ સાંકળી થઈ શકે છે અને હૃદયને નુકસાન થઈ શકે છે.

ઉપર જણાવેલી સારવારની સાથે સાથે આગળના પ્રશ્નના જવાબમાં દર્શાવેલ તકેદારીઓ દરેક દર્દીએ લેવી ખૂબ જ જરૂરી છે. આ તકેદારીઓ ન લેવાથી ઉપરની કોઈ પણ સારવાર નિષ્ફળ જવાની શક્યતા ખૂબ જ વધી જાય છે.

આરોગ્ય સંજીવની

ખેતરના વાડે થતી વેલ : ગળો, અમૃતા

મોટા ઝાડ ઉપર કે ખડકો ઉપર કે ખેતરની વાડ ઉપર ચોમાસામાં ફક્ત ડાળી રોપતાં જ ઉગી નીકળતી ગળો, ખૂબ જ સામાન્ય લાગતી વેલ. એ એક અત્યંત મહત્ત્વનું ઔષધ છે અને આજ કારણે આયુર્વેદમાં તેને એક રસાયણ ઔષધ તરીકે મહત્ત્વનું સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે અને તેને અમૃત જેવી ગુણવાળી ગણી 'અમૃતા' એવું દિવ્ય નામ આપવામાં આવ્યું છે, જ્યારે આ વેલામાંથી કુમળા અંકુરો ફૂટવા લાગે છે ત્યારે ખેડૂતો તેને વર્ષારાણીના આગમનની નિશાની ગણે છે. ગામડામાં લોકો આને સહેલાઈથી ઓળખી જાય છે, અને દૂઝણાં ઢોરોને પણ ખાણ તરીકે ખવડાવે છે. સામાન્ય રીતે લીમડા, બાવળ કે આંબા પર ચઢેલી ગળોની વેલ ગુણકારી ગણાય છે. તેમાં પણ લીમડાના ઝાડ પરની ગળો સર્વોત્તમ ગણાય છે.

સામાન્ય રીતે લીલી ગળો વધુ હિતકારી છે. તેમાં છ રસોમાંથી ચાર રસો જેવા કે, મધુર, કડવો, તીખો અને તૂરો વિદ્યમાન છે. આમ તે મધુર રસથી વાયુનું શમન કરે છે. કડવા અને તુરા રસથી પિત્તનું શમન કરે છે અને કડવા, તીખા અને તુરા રસથી કફનું દહન કરે છે. તેથી તે ત્રણેય દોષનું શમન કરનારી ઔષધ છે. અને એના આજ ગુણને કારણે તે રસાયણ ઔષધોમાં સ્થાન પામી છે.

સામાન્ય રીતે માનવામાં આવે છે કે લેપ્રસી જેવો ચામડીનો રોગ મટાડવો મુશ્કેલ છે પરંતુ તે આ સામાન્ય દેખાતી ગળોના ઉકાળા ને દિવલ સાથે લાંબો સમય લેવાથી મટે છે પરંતુ તે દરમ્યાન પરેજમાં મીઠા વગરની ખીચડી જ ખાવામાં આપવામાં આવે છે આ પ્રયોગ આઠથી નવ વર્ષ સુધી કરવાથી રોગ મૂળમાંથી મટે છે.

- ગળોનો રસ પીવાથી વિષમજવર (Malaria)માં ફાયદો થાય છે.
- ગળોના કવાથમાં પીપરનું ચૂર્ણ ઉમેરી પીવાથી જીર્ણજવ (જૂનો તાવ)માં ફાયદો થાય છે.
- ગળોનો રસ અને સાકર પીવાથી પિત્તજન્ય ઉલટી બંધ થાય છે અને પિત્ત પણ તત્કાળ દૂર થાય છે.
- ગળોના સ્વરસમાં મધ ઉમેરી પીવાથી અમલપિત્ત (Acidity) મટે છે.
- ગળોના રસમાં મધ ઉમેરી પીવાથી કમળામાં ફાયદો થાય છે.
- ગળોના ઉકાળામાં મધ ઉમેરી પીવાથી ગમે તેવી ઉલટી બંધ થાય છે.
- ગળો અને ત્રિફળાના ઉકાળામાં મધ અને પીપરનું ચૂર્ણ નાખીને પીવાથી સર્વ પ્રકારના નેત્રરોગમાં ફાયદો થાય છે.
- ગળો, ધાણા, કડવા લીમડાની છાલ અને રક્તચંદનનો ઉકાળો કરી પીવાથી જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત થાય છે અને સર્વ પ્રકારના તાવમાં ઘણો ફાયદો થાય છે.
- ગળોના પાનને તેલમાં વાટીને માથા પર લગાડવાથી શરદીથી માથુ દુઃખતું હોય તો મટી જાય છે.
- ગળોના પાનને મધમાં વાટી ગૂમડા પર ચોપડવાથી ગૂમડાં મટે છે.
- ગળો, ગોખરું અને આમળા આ ત્રણેય ઔષધો સમભાગ લઈ તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું કે જે 'રસાયણ ચૂર્ણ' તરીકે પ્રખ્યાત છે તે ગાયના ઘી અને સાકર સાથે લેવાથી વૃદ્ધત્ત્વને કારણે આવતી નબળાઈ ઘટે છે.
- ગળોનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તે ૧૦૦ ભાગ લઈ તેમાં ગોળ ૧૬ ભાગ ઉમેરીને પછી શુદ્ધ ઘી ૨૦ ભાગ ઉમેરવું કે જે 'અમૃતરસ' તરીકે પ્રખ્યાત છે. તેનું સેવન નિત્ય કરવાથી વૃદ્ધત્વને કારણે વાળનું સફેદ થવું, નેત્રરોગ તેમજ તાવ જેવા રોગોમાં ફાયદો કરે છે. પરંતુ આ પ્રયોગ વ્યક્તિની પાચનશક્તિ અને ઉંમર પ્રમાણે નક્કી કરીને, પરેજ પાળીને કરવાથી જ લાભપ્રદ છે. આ પ્રયોગથી વયસ્ક થતા સ્મૃતિભ્રંશ જેવા બુદ્ધિને લગતા રોગોમાં લાભપ્રદ છે.

ગળોસત્વ - અમૃતાસત્વ

લીલી ગળોનું ચૂર્ણ કરી તેને પલાળીને તેમાંથી સારરૂપ ઔષધ કાઢવામાં આવે છે જેને 'ગળો સત્વ' કહેવામાં આવે છે. આ ચૂર્ણરૂપમાં હોય છે અને તેની માત્રા ખૂબ જ ઓછા પ્રમાણમાં લેવામાં આવેછે. વધુમાં તે બે માસ સુધી જ આપી શકાય છે.

- પ્રમેહ પર તે ગાયના દૂધમાં અથવા ત્રિફળા અને સાકરમાં આપવી.
- જીર્ણ જવરમાં ઘી અને સાકર સાથે અથવા મધ અને પીપર સાથે લાભપ્રદ છે.
- ગળો સત્વ વાયુ પર ઘી સાથે પિત્ત પર સાકર સાથે અને કફ પર મધ સાથે ફાયદાકારક છે.
- નેત્રરોગમાં ભેંસના ઘી સાથે લેવી.
- ક્ષય (TB)માં ઘી, સાકર અને મધ સાથે ઉપયોગી છે.
- ફક્ત ઠંડા પાણી સાથે લેવાથી સર્વ રોગોમાં ફાયદાકારક છે.
- પેશાબના દર્દો અને બરોળની ગાંઠ માટે આ અકસીર ઔષધ છે.

– વૈદ્ય જાગૃતિ ભટ્ટ

શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલ, કરમસદ, ઓ.પી.ડી. સમયપત્રક
સુપર સ્પેશ્યાલિટી ક્લિનિક

ન્યુરોલૉજી	
ડૉ. સોહમ દેસાઈ	
ન્યુરોલૉજી ક્લિનિક	સોમ, બુધ, શુક્ર
ખેંચ માટેની ક્લિનિક	મહિનાના ૧ લા અને ૩જા મંગળવારે
માથાના રોગો તથા માઈગ્રેઈન માટે ક્લિનિક	મહિનાના ૨જા અને ૪થા મંગળવારે
કંપવાના રોગો માટે ક્લિનિક	મહિનાના ૧લા અને ૩જા ગુરુવારે
લકવાના રોગો માટે ક્લિનિક	મહિનાના ૨જા અને ૪થા ગુરુવારે
ન્યુરો ઍન્ડ સ્પાઈન સર્જરી	
ડૉ. સુરેશ નાયક	સોમ અને શુક્ર
ડૉ. પરેશ મોદી	બુધ
ડૉ. સેતુલ પટેલ	શુક્ર (સ્પાઈન સર્જરી)
ડૉ. શીબાશિશ ભટ્ટાચાર્જી	સોમ થી શનિ
કાર્ડિયાક સર્જરી	
ડૉ. ધિરેન દવે	સોમ થી શનિ
ડૉ. મનિષ તિવારી	સોમ થી શનિ
ઈન્ટરવૅન્શનલ કાર્ડિયોલૉજી	
ડૉ. સુનિલ થાનવી	સોમ, બુધ, શુક્ર
ડૉ. કે.કે. ત્રિવેદી	ગુરુ, શનિ
ડૉ. વિશાલ ચાંગેલા	મંગળ (પિડિયાટ્રિક કાર્ડિયોલૉજી)
ડૉ. સુનિલ કર્ણ	સોમ થી શનિ
પલ્મોનોલૉજી	
ડૉ. મનોજ યાદવ	શુક્ર
વાસ્ક્યુલર સર્જરી	
ડૉ. સુમિત કાપડિયા	**મંગળ**
ડૉ. વિજય ઠાકોર	મહિનાના ૨જા અને ૪થા શુક્રવારે
રેડિયેશન ઑન્કોલૉજી	
ડૉ. શંકર વંગીપૂરમ્	સોમ થી શનિ
ડૉ. ઋષિ પંચાલ	સોમ થી શનિ
ડૉ. ઈન્દ્રપ્રીત કૌર	સોમ થી શનિ
મેડિકલ ઑન્કોલૉજી	
ડૉ. સી. હરિથા	સોમ થી શનિ
ડૉ. પ્રદીપ શાહ	ગુરુ
સર્જીકલ ઑન્કોલૉજી	
ડૉ. રાજીવ ભટ્ટ	બુધ
ડૉ. સચિન વાણી	શુક્ર
ડૉ. ભાવના પરીખ	**સોમ**
હેડ ઍન્ડ નૅક સર્જીકલ ઑન્કોલૉજી	
ડૉ. ગિરિશ મિશ્રા	સોમ, શુક્ર
ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ	મંગળ, ગુરુ, શનિ

જોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ, આર્થ્રોસ્કૉપી ઍન્ડ સ્પાઈન સર્જરી	
ડૉ. મિહિર ધોળકિયા	સોમ, શુક્ર
ડૉ. વિવેક પટેલ	ગુરુ
ડૉ. અમિત પટેલ	બુધ
ડૉ. સરનજીત સિંઘ	સોમ, બુધ
ડાયાબિટોલૉજી	
ડૉ. જ્યોતિ મન્નારી	બુધ
પિડિયાટ્રીક સર્જરી	
ડૉ. જેયુલ કામદાર	ગુરુ
યુરોલૉજી	
ડૉ. અમિત ચઢ્ઢા	સોમ, બુધ, શુક્ર
નૅફ્રોલૉજી	
ડૉ. શિશિર ગંગ	સોમ
ડૉ. અનિલ ગંજુ	ગુરુ
ગૅસ્ટ્રોઍન્ટ્રોલૉજી	
ડૉ. ચિરાયુ ચોકસી	ગુરુ
લૅપ્રોસ્કૉપી ઍન્ડ ઍન્ડોસ્કૉપી	
ડૉ. શિરિષ શ્રીવાસ્તવા	મંગળ
ડૉ. જીગ્નેશ રાઠોડ	ગુરુ
ડૉ. અપૂર્વ પટેલ	બુધ
લૅપ્રોસ્કૉપી ગાયનેક પ્રોસીજર	
ડૉ. નીતન રાયઠઠ્ઠા	બુધ
ડૉ. મૈત્રી પટેલ	મંગળ
ડૉ. શ્રૃજલ મુન્શી (ગાયનૅક)	એપોઈન્ટમેન્ટથી
પ્લાસ્ટિક સર્જરી	
ડૉ. સમીર રાવલ	મંગળ
પેઈન ક્લિનિક	
ડૉ. અલ્પા પટેલ	સોમ થી શનિ
નિયોનેટોલૉજી	
ડૉ. એસ. નિમ્બાલકર	મંગળ, ગુરુ, શનિ
ડૉ. દિપેન પટેલ	સોમ, બુધ, શુક્ર
ડૉ. અંકુર સેઠી	મંગળ, ગુરુ, શનિ
ઍડવાન્સડ ડૅન્ટલ સર્જરી	
ડૉ. સ્વાતિ સથાયે ઓરલ ઍન્ડ મેક્ષીલો ફેશિયલ સર્જન	સોમ થી શનિ
ડૉ. રોનક પંચાલ ઓર્થોડોન્ટિસ્ટ	બુધ
ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ પ્રોસ્થોડોન્ટિસ્ટ	મંગળ, ગુરુ, શુક્ર
ડૉ. આંચલ પ્રજાપતિ પેરિઓડોન્ટિસ્ટ	સોમ, બુધ, ગુરુ, શનિ

સંપર્ક : ૦૨૬૯૨ - ૨૨૮૩૦૯

શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલ, કરમસદ, ઓ.પી.ડી. સમયપત્રક

સમયઃ સોમવારથી શુક્રવાર - સવારે ૯.૦૦ થી ૧.૩૦ અને બપોરે ૩.૦૦ થી ૫.૦૦ • શનિવારે ૯.૦૦ થી ૧.૩૦

વિભાગ	સોમવાર	મંગળવાર	બુધવાર	ગુરુવાર	શુક્રવાર	શનિવાર
મેડિસિન	ડૉ. જ્યોતિ મન્નારી	ડૉ. હિમાંશુ પંડ્યા	ડૉ. ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ	ડૉ. જ્યોતિ મન્નારી	ડૉ. હિમાંશુ પંડ્યા	ડૉ. ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ
	ડૉ. અલ્પા લેઉઆ	ડૉ. અજય મિશ્રા	ડૉ. સંકેત શેઠ	ડૉ. અલ્પા લેઉઆ	ડૉ. અજય મિશ્રા	ડૉ. સંકેત શેઠ
	ડૉ. દેવાંગી દેસાઈ	ડૉ. નિખિલ દવે	ડૉ. ચિરાગ દેસાઈ	ડૉ. દેવાંગી દેસાઈ	ડૉ. નિખિલ દવે	ડૉ. રવિન્દ્ર
	ડૉ. મૌલિન શાહ	ડૉ. વિરેન્દ્ર ચૌધરી		ડૉ. મૌલિન શાહ	ડૉ. વિરેન્દ્ર ચૌધરી	ડૉ. ચિરાગ દેસાઈ
ચેસ્ટ મેડિસિન	ડૉ. સતીષ પટેલ	ડૉ. રાજીવ પાલીવાલ	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રાજીવ પાલીવાલ	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય
	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા
	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. નિમીત ખારા	ડૉ. નિમીત ખારા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. નિમીત ખારા	ડૉ. નિમીત ખારા
				ડૉ. નિમીત ખારા		
ચામડી	ડૉ. રીટા વોરા	ડૉ. પ્રજ્ઞા નાયર	ડૉ. રીટા વોરા	ડૉ. પ્રજ્ઞા નાયર	ડૉ. રીટા વોરા	ડૉ. પ્રજ્ઞા નાયર
	ડૉ. ગોપી		ડૉ. ગોપી		ડૉ. ગોપી	
માનસિક રોગ	ડૉ. હિમાંશુ શર્મા	ડૉ. જગદીશ વણકર	ડૉ. અનુષા પ્રભાકરન	ડૉ. હિમાંશુ શર્મા	ડૉ. જગદીશ વણકર	ડૉ. અનુષા પ્રભાકરન
દાંત	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે	ડૉ. સ્વાતિ સથાયે
	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી
	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. મ્રિના પટેલ
	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની
	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ
	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ		ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ
		ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ		ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	
સ્ત્રી રોગ	ડૉ. નીપા મોદી	ડૉ. સ્મૃતિ વૈષ્ણવ	ડૉ. નીપા મોદી	ડૉ. સ્મૃતિ વૈષ્ણવ	ડૉ. નીપા મોદી	ડૉ. સ્મૃતિ વૈષ્ણવ
	ડૉ. નિતિન રાયઠઠ્ઠા	ડૉ. ચેતના વ્યાસ	ડૉ. નિતિન રાયઠઠ્ઠા	ડૉ. ચેતના વ્યાસ	ડૉ. નિતિન રાયઠઠ્ઠા	ડૉ. ચેતના વ્યાસ
	ડૉ. રાખી પટેલ	ડૉ. મૈત્રી પટેલ	ડૉ. રાખી પટેલ	ડૉ. મૈત્રી પટેલ	ડૉ. રાખી પટેલ	ડૉ. મૈત્રી પટેલ
		ડૉ. હાર્દિક		ડૉ. હાર્દિક		ડૉ. હાર્દિક
બાળ રોગ	ડૉ. નિખિલ ખારોડ	ડૉ. સોમશેખર નિમ્બાલકર	ડૉ. દિપેન પટેલ	ડૉ. સોમશેખર નિમ્બાલકર	ડૉ. નિખિલ ખારોડ	ડૉ. અંકુર સેઠી
	ડૉ. પ્રાચી બીજાપુરેયા	ડૉ. કૃતિકા ટંડન	ડૉ. પ્રાચી બીજાપુરેયા	ડૉ. કૃતિકા ટંડન	ડૉ. દિપેન પટેલ	
		ડૉ. અંકુર સેઠી		ડૉ. અંકુર સેઠી		
સર્જરી	ડૉ. શિરીષ શ્રીવાસ્તવ	ડૉ. જિતેશ દેસાઈ	ડૉ. જીગ્નેશ રાઠોડ	ડૉ. શિરીષ શ્રીવાસ્તવ	ડૉ. જિતેશ દેસાઈ	ડૉ. જીગ્નેશ રાઠોડ
	ડૉ. હિંમાશુ સોની	ડૉ. અપૂર્વ પટેલ		ડૉ. હિંમાશુ સોની	ડૉ. અપૂર્વ પટેલ	
હાડકાં	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. વિવેક પટેલ	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. અમિત પટેલ	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. સેતુલ પટેલ
	ડૉ. અભિજીત સાલુન્કે		ડૉ. રમેશ પંચાલ	ડૉ. વિવેક પટેલ	ડૉ. રમેશ પંચાલ	ડૉ. વિવેક પટેલ
			ડૉ. અભિજીત સાલુન્કે		ડૉ. અભિજીત સાલુન્કે	
આંખ	ડૉ. હર્ષા જાની	ડૉ. દેવેન્દ્ર સક્સેના	ડૉ. હર્ષા જાની	ડૉ. દેવેન્દ્ર સક્સેના	ડૉ. હર્ષા જાની	ડૉ. દેવેન્દ્ર સક્સેના
	ડૉ. ચૈતાલી પટેલ		ડૉ. ચૈતાલી પટેલ		ડૉ. ચૈતાલી પટેલ	ડૉ. મનન ઝરીવાલા
	ડૉ. મનન ઝરીવાલા		ડૉ. મનન ઝરીવાલા			
કાન, નાક, ગળુ	ડૉ. ગિરિશ મિશ્રા	ડૉ. યોજના શર્મા	ડૉ. મેહુલ પટેલ	ડૉ. યોજના શર્મા	ડૉ. ગિરિશ મિશ્રા	ડૉ. યોજના શર્મા
	ડૉ. સોહિલ વડિયા	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ	ડૉ. નિમેષ પટેલ	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ	ડૉ. સુનિલ ભટ્ટ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ
		ડૉ. નિમેષ પટેલ	ડૉ. સોહિલ વડિયા	શ્રી હેમંત પટેલ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)	ડૉ. સોહિલ વડિયા	
		શ્રી સુનિલ ભટ્ટ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)				

સંપર્ક : (૦૨૬૯૨) ૨૨૮૪૧૧/૨૨૮૪૧૨