વિસ્તરણ

જુલાઈ ૨૦૧૨

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

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ સંચાલિત
સોનાબા હૉસ્પિટલ અને સદાબા પ્રસુતિગૃહ, સેવાલિયામાં હવે ઉપલબ્ધ છે
કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા અને R.S.B.Y. યોજનાના લાભ

કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા

તંદુરસ્તી તમારી, જવાબદારી અમારી.

राष्ट्रीय स्वास्थ्य बीमा योजना

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ

વિસ્તરણ

જુલાઈ ૨૦૧૨ • સળંગ અંક : ૩

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 – *મૅનેજમૅન્ટ ટ્રેઈની*
મીસ શાંતિ ગુપ્તા – *મૅનેજમૅન્ટ ટ્રેઈની*
શ્રી આઈ.એફ. મનસુરી – *સોશ્યલ વર્કર*
મીસ પ્રિયંકા પટેલ – *સોશ્યલ વર્કર*
શ્રી પ્રિતેશ શર્મા – *ફાર્મસીસ્ટ*
મીસ રીના પટેલ – *કો-ઑર્ડિનેટર*

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
શંભુપ્રસાદ બોર્ડિંગ હાઉસ, બસસ્ટેન્ડ સામે, ભાદરણ
ફોનઃ (૦૨૬૯૬) ૨૮૮૧૮૮

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

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

આણંદ એગ્રીકલ્ચરલ યુનિવર્સિટી, આણંદ
ફોનઃ (૦૨૬૯૨) ૨૨૫૮૭૬

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	વિષય	પાન નં
૧	વિભાગીય પ્રવૃત્તિઓ	૩
૨	કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજના	૪
૩	ભાનુભાઈ અને મધુબેન પટેલ કાર્ડિયાક સેન્ટર	૬
૪	એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટર	૭
૫	લોહીનું ઊંચું દબાણ	૮
૬	આરોગ્ય સંજીવની	૧૦

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ

સંપાદકીય...

વ્હાલા વાચક મિત્રો,

અમે આ સાથે તમારી સમક્ષ વિસ્તરણ સામયિકનો ત્રીજો અંક લાવી રહ્યા છીએ. આ સામયિકના પહેલા બે અંકોને વાંચકો તરફથી ખૂબ જ સારો પ્રતિભાવ મળ્યો છે. અમે આ અંકમાં પણ તમારી અપેક્ષાઓને ખરા ઉતરવાનો પૂરેપૂરો પ્રયત્ન કર્યો છે.

આપણે ત્યાં હાય બ્લડ પ્રેશર (બી.પી.), હૃદયના રોગો અને કેન્સર જેવી બીમારીઓનું પ્રમાણ દિનપ્રતિદિન વધી રહ્યુ ંછે. ઘણાં બધા લોકોને હાય બ્લડ પ્રેશરની તકલીફ હોવા છતા, પોતાની બીમારીની જાણ હોતી નથી, કેમકે તેના લક્ષણો આવતા આવતા ઘણો સમય લાગે છે. તદુપરાંત પોતાને હાઈ બ્લડ પ્રેશરની તકલીફ હોવાનું જાણતા ઘણા બધા લોકો તેના માટે બરાબર સારવાર લેતા નથી અને જે લોકો સારવાર લે છે તેમાંથી કેટલાક નિયમિત સારવાર નથી લેતા. આવા બધા કારણોસર બી.પી.ની તકલીફવાળા દર્દીઓનું બ્લડ પ્રેશર નિયંત્રણ (કંટ્રોલ)માં નથી રહેતું અને સમયાંતરે તેમને તેની આડ અસરો અનુભવવી પડે છે. આ બાબતોને ધ્યાનમાં લઈ, અમે આ અંક થકી લોકોને હાઈ બ્લડપ્રેશર વિશે માહિતગાર કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. હાય બ્લડપ્રેશરની સારવાર સહેલાઈથી મળી રહે છે અને તે નિયમિત લેવી પણ જરૂરી છે.

આ તો થઈ વાત હાઈ બ્લડ પ્રેશરની પણ હૃદય અને કેન્સરની બીમારીઓની સારવાર મેળવવી મુશ્કેલ છે અને તે સામાન્ય હૉસ્પિટલોમાં નથી મળતી. આ બીમારીઓની સારવાર આપતી હૉસ્પિટલ અદ્યતન સાધનોથી સુસજ્જ હોવી જરૂરી છે. તદુપરાંત તે હૉસ્પિટલના ડૉક્ટર હૃદય અને કેન્સરની બીમારીઓની સારવાર કરવામાં નિષ્ણાંત અને અનુભવી હોવા જરૂરી છે. શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ ખાતે આ બધી જ સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ છે. તે તમે આ અંકમાં જોઈ શકશો.

આજના સમયમાં તબીબી સારવાર અત્યંત ખર્ચાળ થઈ ગઈ હોવાથી, ગરીબ અને મધ્યમ વર્ગના લોકો માટે તે મેળવવી ખૂબ જ મુશ્કેલ થઈ ગઈ છે. આવી પરિસ્થિતિમાં આરોગ્ય સારવાર મેળવવા માટે જ્યારે કોઈ પરિવારને અણધાર્યા ખર્ચનો સામનો કરવો પડે છે ત્યારે તે પરિવારની સ્થિતિ ખૂબ જ કફોડી થઈ જતી હોય છે. આ સમયે સ્વાસ્થ્ય વીમારૂપી સુરક્ષા કવચ ખૂબ જ લાભદાયી અને રાહત આપનારું નીવડે છે. આ બાબતને બરાબર સમજીને ભારત સરકાર દ્વારા ગરીબી રેખા નીચે જીવતા લોકો માટે રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્ય વિમા યોજના નામની યોજના શરૂ કરવામાં આવી છે.

અમારું સેવાલીયા વિસ્તરણ કેન્દ્ર આ યોજનામાં જોડાયું છે અને આ યોજનાનો લાભ મેળવવાપાત્ર લોકો, અમારા સેવાલીયા વિસ્તરણ કેન્દ્ર ઉપર તેનો લાભ લઈ શકે છે. આમ, ગરીબી રેખા હેઠળ જીવતા કુટુંબો માટે આ યોજના ખૂબ જ લાભદાયી નીવડી શકે તેમ છે. અમારી સંસ્થા ચારુતર આરોગ્ય મંડળ દ્વારા પણ એક સ્વાસ્થ્ય વિમા યોજના ચલાવવામાં આવે છે જેનું નામ છે "કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા." આ યોજના અંતર્ગત એક વ્યક્તિ ૯૯ રૂપિયા જેવી નજીવી રકમ ભરી આખા વર્ષ દરમ્યાન દાખલ દર્દી તરીકે રૂા. ૫,૦૦૦ સુધીની તબબી સારવાર મફત મેળવી શકે છે. ૨૭ ગામડાંઓમાં અમારી કાર્યકર બહેનો દ્વારા ગામના લોકોને કૃપા વિશે માહિતગાર કરવામાં આવે છે અને તેમને કૃપાના સભ્ય બનવા માટે સમજાવવામાં આવે છે.

દર વર્ષે ૭મી એપ્રિલને વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ તરીકે અને ૩૦મી મેને વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. આ બન્ને દિવસો ઉપર આખા વિશ્વમાં આરોગ્ય અને તમાકુ નિષેધના મુદ્દાઓ ઉપર લોકોમાં જાગૃતિ લાવવા માટે અલગ અલગ કાર્યક્રમો ગોઠવવામાં આવે છે. અમારી સંસ્થા દ્વારા પણ દર વર્ષે આ બન્ને દિવસોની ઉજવણી કરવામાં આવે છે. આ વર્ષે અમારા પેટલાદ વિસ્તરણ કેન્દ્ર ઉપર આ બન્ને દિવસોની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી અને જનસમુદાયને મદદરૂપ થાય તેવા કાર્યક્રમો ગોઠવવામાં આવ્યા હતા.

આપ આ અંક વાચી 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 :

★ વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ

દર વર્ષે વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા દ્વારા ૭, એપ્રિલના રોજ વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ ઉજવવામાં આવે છે. આ દિવસ ઉજવવાનો મુખ્ય

હેતુ સ્વાસ્થ્યને લગતા મહત્ત્વના મુદ્દાઓ ઉપર લોકોમાં જાગૃતતા લાવવા માટેનો છે. આ વર્ષનો વિશ્વ આરોગ્ય દિવસનો હેતુ ઘડપણ અને તેને લગતી સ્વાસ્થ્યની તકલીફ વિશે લોકોમાં જાગૃતતા લાવવાનો હતો. આ હેતુને ધ્યાનમાં રાખીને કૉમ્યુનિટી મેડિસિન વિભાગ દ્વારા પેટલાદ વિસ્તરણ કેન્દ્ર ઉપર એક સુંદર કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું તેમાં શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલના માનસિક રોગ વિભાગ અને વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગે પણ ભાગ લીધો હતો. આ કાર્યક્રમ અંતર્ગત વૃદ્ધ લોકો તેમની સ્વાસ્થ્ય અને સંભાળ માટે આરોગ્ય શિક્ષણ આપવામાં આવ્યું હતું. અને તેમના માટે એક સર્વરોગ નિદાન કેમ્પનું આયોજન પણ કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પમાં માનસિક રોગ વિભાગના તબીબોએ વૃદ્ધાવસ્થામાં થતી માનસિક તકલીફો માટે સારવાર અને સમજણ આપી હતી. કેમ્પ દરમ્યાન આવતા લોકોને નિઃશુલ્ક બી.પી. અને ડાયાબિટિસની તપાસ કરી આપવામાં આવી હતી. આ કેમ્પમાં કુલ ૯૩૦ લોકોએ ભાગ લીધો હતો જે ખરેખર પ્રસંશનીય બાબત છે.

★ વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિવસ

વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિવસની ઉજવણીના ભાગ રૂપે કૉમ્યુનિટી મેડિસિન વિભાગ તથા શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત પેટલાદ સેન્ટર દ્વારા પેટલાદ હૉસ્પિટલમાં જાગૃતિ કાર્યક્રમ તથા કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પમાં કૉમ્યુનિટિ મેડિસિન ડીપાર્ટમેન્ટની ટીમ સાથે આખ, કાન ગળાના, દાંત, માનસિક રોગના ડૉક્ટરોએ હાજર રહીને કેમ્પમાં હાજર રહેલા ૮૮ દર્દીઓનું ચેકઅપ કરી જરૂરી સૂચનો પણ કરવામાં આવ્યા હતા. જેમાંથી ૧૪ દર્દીઓને વધારે સારવાર અર્થે શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ ખાતે વધુ તપાસ માટે મોકલવામાં આવ્યા હતા. આ

દિવસે વ્યસન મુક્તિ અંગેનું પોસ્ટર પ્રદર્શન પણ કરવામાં આવ્યું હતું. આ દરમિયાન જે વ્યક્તિઓને વ્યસનમુક્તિ મેળવવી હતી તેઓને કૉમ્યુનિટિ મેડિસિન વિભાગ અને વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગ દ્વારા જરૂરી કાઉન્સિલીંગ પૂરું પાડવામાં આવ્યું હતું.

આ દિવસે શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત કૉમ્યુનિટિ મેડિસિન વિભાગ તેમજ વિસ્તરણ કાર્યક્રમ વિભાગના ડૉક્ટર તથા તેમની ટીમે પોતાનો સહયોગ આપ્યો હતો તથા પેટલાદ સેન્ટરના સ્ટાફે પણ પોતાનું યોગદાન આપ્યું હતું.

બીડી-પડીકી અને હુકો, વહેલી પડાવે પોકો.
સમજે તેને રોકો, ન સમજે તેને ટોકો.

લો ગુટખાની મસ્તી,
નહી રહે તમારી હસ્તી.

રૂા. ૯૯માં રૂા. ૫,૦૦૦ સુધીની આધુનિક સારવાર

તંદુરસ્તી તમારી શ્રી કૃષ્ણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ રજૂ કરે છે. **જવાબદારી અમારી**

કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા

તંદુરસ્તી તમારી, જવાબદારી અમારી

તમારી તંદુરસ્તીને ધ્યાનમાં રાખીને અમે રચેલી એક ખાસ સારવાર યોજના

ભગવાન કરે ને તમે ક્યારેય બીમાર ન પડો પણ સાચી વાત એ છે કે જીવનમાં બીમારીઓ તો આવતી જ રહે છે. આ પરિસ્થિતિમાં શું તમે આધુનિક આરોગ્ય સુવિધાઓ મેળવી શકો એમ છો? બીમારીના આવા અણધાર્યા ખર્ચા સામે તમે કોઈ રક્ષણ મેળવી શકો એમ છો?

આ બંન્ને સવાલોનો જવાબ છે હા. કરમસદ ખાતે આવેલી શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ અત્યંત આધુનિક તબીબી સેવાઓ સાથેની ૫૫૦ પથારીઓ ધરાવતી વિશાળ હોસ્પિટલ છે જ્યાં નિષ્ણાંત ડૉક્ટરો સેવા આપે છે અને હવે સવાલ છે બીમારીના ખર્ચા સામે રક્ષણનો. જેનો જવાબ છે – ''કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા''.

કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા એક એવી યોજના છે જેમાં દર વર્ષે એક નજીવી રકમ ભરીને અથવા તો એક જ વખતની આજીવન રકમ ભરીને તમે આ યોજનાના સભ્ય બની શકો છો. આમ કરવાથી શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલમાં દાખલ થયેલા કોઈ પણ દર્દીને એક ચોક્કસ મર્યાદા સુધીની સારવાર તદ્દન વિના મૂલ્યે આપવામાં આવે છે!

કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજનામાં કોણ સભ્ય બની શકે?

કોઈપણ શહેર કે ગામમાં વસતી ૯૧ દિવસ (૩ માસ) થી ૮૦* વર્ષ સુધીની ઉંમરની કોઈપણ વ્યક્તિ સભ્ય બની શકે છે.

કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજનામાં બીમારીના ખર્ચનું વળતર કેટલું મળે?

તમે ભરેલી વાર્ષિક રકમની સામે તમને કેટલી રકમ સુધીનું વળતર મળે, તેનો એક સરળ કોઠો અહીં આપેલો છે તે અનુસાર શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલમાં તમને થયેલા ખર્ચની રકમના બિલની સામે એટલી રકમની આરોગ્ય સેવાઓ વિના મૂલ્યે મળી શકે.

ક્રમ	દાખલ થયેલી દર્દીની ખર્ચની મર્યાદા વ્યક્તિ દીઠ રૂા.	૩ માસથી ૧૮ વર્ષ સુધી (બાળક દીઠ રૂા.)	૧૯ વર્ષથી ૪૫ વર્ષ સુધી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	૪૬ વર્ષથી ૬૦ વર્ષ સુધી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	વડીલ કૃપા		
					૬૧ વર્ષથી ૭૦ વર્ષ સુધી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	૭૧ વર્ષથી ૭૫ વર્ષ સુધી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	૭૬ વર્ષથી ૮૦* વર્ષ સુધી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)
૧	૫,૦૦૦/-	૯૦/-	૯૯/-	૧૫૦/-	૨૭૫/-	૩૯૦/-	૬૦૦/-
૨	૧૦,૦૦૦/-	૧૭૦/-	૧૯૯/-	૨૯૦/-	૫૪૦/-	૮૧૦/-	૧,૨૫૦/-
૩	૧૫,૦૦૦/-	૨૫૦/-	૨૮૯/-	૪૩૦/-	૮૦૦/-	૧,૧૯૫/-	૧,૮૫૦/-
૪	૨૦,૦૦૦/-	૩૨૫/-	૩૮૯/-	૫૭૦/-	૧,૦૫૦/-	૧,૫૭૦/-	૨,૪૫૦/-
૫	૨૫,૦૦૦/-	૪૧૦/-	૪૭૯/-	૭૦૦/-	૧,૨૯૦/-	૧,૯૪૦/-	૩,૦૦૦/-
૬	૫૦,૦૦૦/-	૮૦૦/-	૯૦૯/-	૧,૩૫૦/-	૨,૪૭૫/-	૩,૭૧૦/-	–
૭	૧,૦૦,૦૦૦/-	૧,૫૫૦/-	૧,૭૫૯/-	૨,૬૫૦/-	૪,૬૭૫/-	૭,૦૧૦/-	–

કૃપા સભ્યપદના ગાળા દરમ્યાન સભ્યપદ તાજુ કરાવ્યા બાદ કોઈપણ ઓપરેશનનો લાભ કૃપા સભ્યપદના આગામી વર્ષ દરમ્યાન લીધેલ ખર્ચ મર્યાદા સુધીનો જ લાભ મળવાપાત્ર રહેશે.

***ઓછામાં ઓછા ત્રણ વર્ષથી કૃપાનું સભ્યપદ ધારણ કરેલ હોય અને સભ્યપદના છેલ્લા ત્રણ વર્ષના ગાળામાં હોસ્પિટલમાં દાખલ થઈ યોજનાનો લાભ લીધેલો ન હોય તે વ્યક્તિ ૭૬ થી ૮૦ વર્ષના ગાળામાં પોતાનું સભ્યપદ તાજુ કરાવી શકશે.**

આ યોજનાનો લાભ અનાજના બદલામાં પણ મેળવી શકાય છે.

૪૦ વર્ષની ઉંમર સુધીની એક જ વખતની સભ્ય ફી

૪૦ વર્ષ સુધીની ઉંમરની કોઈપણ વ્યક્તિ આ યોજનામાં એક જ વખતની સભ્ય ફી ચૂકવીને, તેણે ચૂકવેલ રકમના પ્રમાણમાં વિના મૂલ્યે તબીબી સેવાઓનો લાભ લઈ શકે છે જે માટેનો કોઠો નીચે આપવામાં આવ્યો છે. **ઉપરોક્ત યોજના જીવનપર્યંત અથવા ૨૫ વર્ષ, જે પહેલા હશે ત્યાં સુધી લાગુ રહેશે.**

ક્રમ	દાખલ થયેલા દર્દીના ખર્ચની મર્યાદા (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	એક વખતની સભ્ય ફી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	ક્રમ	દાખલ થયેલા દર્દીના ખર્ચની મર્યાદા (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)	એક વખતની સભ્ય ફી (વ્યક્તિ દીઠ રૂા.)
૧	૫,૦૦૦/-	૧,૬૫૦/-	૫	૨૫,૦૦૦/-	૭,૮૦૦/-
૨	૧૦,૦૦૦/-	૩,૨૦૦/-	૬	૫૦,૦૦૦/-	૧૪,૭૫૦/-
૩	૧૫,૦૦૦/-	૪,૭૫૦/-	૭	૧,૦૦,૦૦૦/-	૨૭,૫૦૦/-
૪	૨૦,૦૦૦/-	૬,૩૦૦/-			

વધુ વિગત માટે સંપર્ક :

શ્રી કૃષ્ણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટ

શ્રી કૃષ્ણ હોસ્પિટલ, ગોકલનગર, કરમસદ, આણંદ, ગુજરાત ૩૮૮ ૩૨૫ ફોનઃ ૦૨૬૯૨-૨૨૩૦૧૦, ૨૨૮૩૬૩
Web: www.krupahealth.org • Email: info@krupahealth.org

શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ દ્વારા કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા કવચ પૂરું પાડવામાં આવે છે જેનો ઘણા દર્દીઓએ લાભ લીધેલ છે. જેમ કે,

- પોરડા ગામના જયેશકુમાર ભટ્ટની દીકરીને એક્ટીવા પર અકસ્માત થયો. તેમને તાત્કાલિક શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલમાં લાવવામાં આવ્યા. તેઓ કૃપાના સભ્ય હોવાથી તેમને સારવારનો કોઈ જ ખર્ચ થયો નહિં. તેમને રૂા. ૩,૦૦૦/- જેટલો ખર્ચ થયો હતો પરંતુ તેઓ કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષાના સભ્ય હોવાથી તેમને ખર્ચમાંથી મુક્તિ મળી હતી.
- હૉસ્પિટલ દ્વારા આરોગ્યલક્ષી સેવાઓ આપવામાં પેટલાદ તાલુકાનું રાવલી ગામ છે. ગામમાં હૉસ્પિટલ દ્વારા ચલાવવામાં આવતી કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષા યોજનાના ઘણા સભ્યો છે. તેમાંના એક સભ્ય શ્રીમતી રઝીયાબાનુ છોટુમિયા મલેક પણ હતા કે જેમની ઉંમર ૪૩ વર્ષ હતી અને તેઓને હૃદયમાં દુઃખાવો રહેતો હોવાને કારણે તેઓ શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ ખાતે દાખલ થયા હતા અને તેમની સારવાર ડૉ. ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ દ્વારા કરવામાં આવી. રઝીયાબાનુ ૨૦૧૦ થી કૃપાના સભ્ય હતા. તેમનું કૃપાનું રૂા. ૫૦૦૦/-નું કવરેજ હતું. સારવારનું બિલ લગભગ રૂા. ૭,૦૦૦/- જેટલું આવ્યું હતું. તેમને ફક્ત રૂા. ૨,૦૦૦/- ભરવાના આવ્યા હતા. આમ તેઓ કૃપા આરોગ્ય સુરક્ષાના સભ્ય હોવાથી તેમને રૂા. ૫,૦૦૦/- સુધીની સારવાર મફતમાં મળી હતી.

ભાદરણ વિસ્તરણ કેન્દ્ર ઉપર સારવાર લીધેલ દર્દીનો અનુભવ

હું વિનુભાઈ પી પટેલ રહે. ભાદરણ આજે આ સંસ્થાની કામગીરી દર્શાવતા આનંદની લાગણી અનુભવું છું. તેનું એક કારણ હું પોતે પણ છું. આજે પણ હું મને થયેલી શારીરિક સમસ્યામાંથી બહાર નીકળ્યો હોઉં તો તેમાં શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ, કરમસદ સંચાલિત ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટના ડૉક્ટર સાહેબ, ફિઝિયોથેરાપીસ્ટ તેમજ તેમના સ્ટાફનો ખૂબ જ આભારી છું.

થોડાક મહિના પહેલા મારા પગની નળીઓ અચાનક બ્લૉક થઈ ગઈ હતી તેથી વડોદરા ખાતે આવેલ પ્રાઈવેટ હૉસ્પિટલમાં મારી સારવાર શરૂ થઈ અને મારી સર્જરી પણ ત્યાં કરવામાં આવી અને તેના બીજા જ દિવસે મને બ્રેઈનસ્ટોક આવતા હું સંપૂર્ણપણે શારીરીક વિકલાંગતા અનુભવવા લાગ્યો. પરંતુ તેની પણ સાથે સાથે ટ્રીટમેન્ટ શરૂ કરવામાં આવી. હવે શારીરીક રીતે ફરીથી સશક્ત થવા રોજેરોજ વડોદરા જવું એ શક્ય ન હતું તેથી મેં ભાદરણ આરોગ્ય ટ્રસ્ટમાં સારવાર લેવાનું શરૂ કર્યું. જ્યારે મને આ હૉસ્પિટલમાં લાવવામાં આવ્યો ત્યારે પાંચથી છ જણ મને ઉંચકીને હૉસ્પિટલના બેડ સુધી પહોંચાડતા. પરંતુ ધીરે ધીરે ડૉક્ટર સાહેબની સારવાર અને ફિઝિયોથેરાપીસ્ટની કસરત દ્વારા આજે ફરી હું મારા પગ ઉપર ઊભો થઈ શક્યો છું. આજે પણ હું મારા પગે ચાલીને આ હૉસ્પિટલના કસરત વિભાગમાં કસરત કરવા આવું છું. ખરેખર શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ સંચાલિત આ આરોગ્ય કેન્દ્ર આ ગામ માટે ખૂબ જ ગર્વની બાબત છે.

ભાનુભાઈ અને મધુબેન પટેલ કાર્ડિયાક સેન્ટર

ભારતમાં હૃદયરોગના દર્દીઓનો આંક ચિંતાજનક રીતે વધી રહ્યો છે. વિશ્વભરમાં હૃદયરોગનું પ્રમાણ સૌથી વધુ ભારતમાં વધી રહ્યું છે.

ભારતમાં દર ૧૦૦ વ્યક્તિએ ૧૯ વ્યક્તિઓનું મૃત્યુ ફક્ત હૃદયરોગના કારણે જ થતાં હોય છે, જે દર્શાવે છે કે ભારતમાં થતાં મૃત્યુમાં સૌથી મોટો ફાળો હૃદયરોગનો બની ગયો છે. હૃદયરોગનું પ્રમાણ શહેરી તેમજ ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં પણ હવે જોવા મળે છે. અને આ બિમારી હવે નાની ઉંમરના લોકોમાં પણ જોવા મળી રહી છે.

આપણી જીવનશૈલી ખોરાક જ હૃદયરોગને અટકાવી શકે છે અને એ વિશેની જાગૃતિ લાવવા માટે ભાનુભાઈ અને મધુબેન પટેલ કાર્ડિયાક સેન્ટર જનસમુદાયમાં હૃદયરોગની જાગૃતિ લાવવાનું કામ કરી રહી છે અને તેનો સારો પ્રતિસાદ પણ મળે છે.

ચારુતર આરોગ્ય મંડળ સંચાલિત કાર્ડિયાક સેન્ટરમાં બાળકોની જટિલ હૃદયની સર્જરી ડૉ. ધીરેન દવે દ્વારા કરવામાં આવે છે. જટિલમાં જટિલ સર્જરી તેઓ સફળતાપૂર્વક કરે છે. મંડળ સંચાલિત શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલનું ધ્યેય છે કે "સમાજના તમામ વર્ગોને કિફાયતી દરે તબીબી સુવિધા આપવી" આ જ ધ્યેયને આગળ વધારે છે કાર્ડિયાક સેન્ટર. આ સેન્ટર ગુજરાતમાં પિડીયાટ્રીક કાર્ડિયાક સર્જરી અને પીડયાટ્રીક કાર્ડિયોલૉજીમાં સૌથી શ્રેષ્ઠ મનાય છે. આ સેન્ટર વિખ્યાત કાર્ડિયાક સર્જન અને ભારતમાં પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયાક સર્જરીના પ્રણેતા ગણાતા ડૉ. કે.એમ. ચેરિયન હાર્ટ ફાઉન્ડેશન સાથે જોડાણ કરેલું છે. આ સેન્ટરમાં ઈરાક, સૌરાષ્ટ્ર, સાઉથ ગુજરાત, મધ્યપ્રદેશ, રાજસ્થાન વગેરે જગ્યાએથી દર્દીઓ સારવાર લેવા માટે આવે છે. ગુજરાતમાં પિડીયાટ્રીક કાર્ડિયાક સર્જરી કરતા બે જ સેન્ટર છે જેમાંનું એક શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પિટલ કરમસદમાં અને બીજું અમદાવાદ સિવિલ હૉસ્પિટલમાં.

આ સેન્ટરમાં ફક્ત બાળકોની જ નહિ પરંતુ મોટી ઉંમરના વ્યક્તિઓની પણ હૃદયની સર્જરી કરવામાં આવે છે.

સેન્ટર શરૂ થયું ત્યારથી આજ દિન સુધીમાં ૨૯૩ પીડિયાટ્રીક સર્જરી થઈ છે અને ૨૨૫ મોટી ઉંમરની વ્યક્તિઓની સર્જરી થઈ છે. આ ઉપરાંત એન્જિયોગ્રાફી તથા એન્જિયોપ્લાસ્ટી તથા અન્ય પ્રોસીજર લગભગ ૨,૦૦૦ જેટલી કરવામાં આવી છે.

આ સેન્ટરમાં હૃદય રોગના દર્દીઓની ખાસ સંભાળ રાખવા માટેની આધુનિક આઈ.સી.યુ.ની સગવડ પણ ઊભી કરવામાં આવેલ છે.

કાર્ડિયાક સેન્ટરમાં નીચે મુજબના ડૉક્ટરશ્રીઓ પોતાની સેવા આપી રહ્યા છે.

૧. ડૉ. ધીરેન દવે, ચીફ કાર્ડિયાક સર્જન - દરરોજ મળશે.
૨. ડૉ. મનીષ તિવારી, કાર્ડિયાક સર્જન - દરરોજ મળશે.
૩. ડૉ. સુનિલ થાનવી, કાર્ડિયોલૉજીસ્ટ - સોમ, બુધ, શુક્ર.
૪. ડૉ. મહેશ ભટ્ટ, કાર્ડિયોલૉજીસ્ટ - સોમ, બુધ, શુક્ર.
૫. ડૉ. સુબીર ઘોષ, કાર્ડિયોલૉજીસ્ટ - મંગળ.
૬. ડૉ. કે.કે. ત્રિવેદી, કાર્ડિયોલૉજીસ્ટ - શનિવાર

નોધઃ હૃદયરોગની તાત્કાલિક સારવાર માટે ઍમ્બ્યુલન્સ સેવા - ૯૯૭૯૬ ૯૯૭૯૬

એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટર

ચરોતર એ ભારતમાં બીજા નંબરનો તમાકુ ઉત્પાદન કરતો વિસ્તાર છે. તેના કારણે આ વિસ્તારમાં તમાકુના સંપર્કમાં આવતા તથા તેનું સેવન કરતા લોકો વધારે જોવા મળે છે અને તેના કારણે થતા કેન્સરનું પ્રમાણ પણ વધારે જોવા મળે છે. પીડિતોને સાંત્વના અને સારવાર આપવાના ઉદ્દેશથી શ્રી કૃષ્ણ હૉસ્પટલમાં સર દોરાબજી ટાટા ટ્રસ્ટ અને મણિભાઈ તથા શિવાભાઈ પટેલ ચૅરિટેબલ ટ્રસ્ટના સહયોગથી ૨૪ ઓગસ્ટ, ૨૦૦૪માં મણિભાઈ અને શિવાભાઈ પટેલ કેન્સર સેન્ટરની સ્થાપના કરવામાં આવી.

''કેન્સર એટલે કેન્સલ'' એ એક જૂનો વિચાર હતો અત્યારે ઉપલબ્ધ આધુનિક સારવારના કારણે આ વિચાર પણ કેન્સલ થઈ ગયો છે. આધુનિક સારવાર પદ્ધતિમાં શરૂઆતના તબક્કામાં નિદાન થયેલ કિસ્સાઓમાં બહુ સારા પરિણામ જોવા મળે છે તથા કેન્સરને સંપૂર્ણપણે મટાડી પણ શકાય છે.

એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટરમાં અત્યાધુનિક પ્રકારની સારવાર પદ્ધતિ ઉપલબ્ધ છે. એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટરમાં ૨૭ ઓગસ્ટ, ૨૦૧૧ના રોજ બીજા સોપાનના ભાગરૂપે અદ્યતન લિનિયર એક્સીલરેટર મશીન (રેડિયેશન થેરાપી/શેક માટેનું મશીન)ની સુવિધા ઉપલબ્ધ કરવામાં આવેલ છે.

આ મશીન દ્વારા દર્દીને વધારે સારી રીતે સચોટ તથા ઓછી આડઅસર થાય તેવી સારવાર આપી શકાય છે. આમ આ નવા મશીનમાં IMRT, IGRT, VMAT, SBT, SRT જેવી અતિ આધુનિક સુવિધાઓ છે કે જેમાંની અમુક પ્રકારની તકનીકી સુવિધાઓ એશિયામાં પ્રથમ વખત જ લાવવામાં આવી છે. આ નવી સેવા ઉમેરાવાના કારણે અત્યંત જટિલ પ્રકારની કેન્સરની ગાંઠમાં પણ વધારે સચોટ પ્રમાણમાં રેડિયેશન આપી શકાય છે તથા દર્દીઓને શેકના કારણે થતી આડઅસરોમાં નોંધપાત્ર ઘટાડો જોવા મળેલ છે. આ ઉપરાંત અમુક કિસ્સામાં હવે રેડિયોસર્જરી પણ કરી શકાય છે. જેથી મગજની અંદરની ગાંઠને શસ્ત્રક્રિયા (સર્જરી) વગર સારવાર આપી શકાય છે.

એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટરમાં આ ઉપરાંત કેન્સરની સર્જરી અને કિમોથેરાપીની સારવાર પણ ઉપલબ્ધ છે. કિમોથેરાપી (કેન્સર માટેની દવા) કે જે કેન્સરની બીજી સારવાર પદ્ધતિ છે જેનો ઉપયોગ કેન્સરની અન્ય સારવાર પદ્ધતિ સર્જરી, રેડિયેશનની સાથે કરવામાં આવે છે, અમુક કિસ્સામાં જ્યાં સર્જરી કે રેડિયેશન શક્ય નથી ત્યાં માત્ર કિમોથેરાપીના ઈન્જેક્શન વડે પણ સારવાર આપવામાં આવે છે.

અત્યાધુનિક શોધોના કારણે કિમોથેરાપી દ્વારા થતી આડઅસરો ઓછી થઈ છે તથા તેના કારણે મળતા પરિણામોમાં પણ ઘણો સુધારો જોવા મળેલ છે. નાના બાળકોમાં થતા લોહીના કેન્સર (લ્યુકોમિયા) માં કિમોથેરાપી દ્વારા સારવાર આપી ધાર્યું પરિણામ મેળવી શકાય છે.

આ સાથે એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટર દ્વારા ''પેઈન ક્લિનિક'' તથા ''પેલિયેટીવ કેર યુનિટ'' પણ ચલાવવામાં આવે છે. જેમાં કેન્સર બહુ આગળ વધી ગયેલા તબક્કામાં હોય છે કે જ્યાં સંપૂર્ણ સારવાર શક્ય નથી તેવા દર્દીઓને કેન્સરને કારણે થતા અસહ્ય દુઃખાવાથી થતી પીડામાં રાહત થાય તે માટેની સારવાર નિષ્ણાંતો દ્વારા આપવામાં આવે છે.

એમ.એસ. પટેલ કેન્સર સેન્ટરમાં અત્યાર સુધીમાં કરવામાં આવેલ દર્દીઓની સારવારના આંકડા નીચે મુજબ છેઃ

બહારના દર્દી તરીકે લીધેલ સારવાર - ૪૫,૧૦૮

રેડિયેશન થેરાપી - ૨,૮૮૪

કીમોથેરાપી - ૧૪,૧૧૯

લોહીનું ઊંચું દબાણ

પેટલાદ ગામના ૬૦ વર્ષના હરિભાઈ છેલ્લા પાંચ વર્ષથી દવાખાનાનું પગથિયું પણ ચડ્યા ન હતા અને કદાપી તેમના શરીરની તપાસ પણ કરાવી નહોતી. અચાનક એક દિવસ સવારે તેઓ ઉઠ્યા ત્યારે તેમને સખત માથાનો દુઃખાવો અને ઊલટીઓ શરૂ થઈ ગઈ. તેમને તાત્કાલિક હૉસ્પિટલમાં લઈ જવમાં આવ્યા અને તપાસ કરતા જણાયું કે તેમનું લોહીનું દબાણ ખૂબ વધી ગયું તેના કારણે તેમની મગજની નસ ને સારું એવું નુકસાન પહોંચ્યું હતું. તેમને આઈ.સી.યુ.માં દાખલ કરવામાં આવ્યા અને તેઓ બે દિવસ બાદ મૃત્યુ પામ્યા. એક વર્ષ પહેલાં તેમને તેમના ફેમિલી ડૉક્ટર દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હતું કે તેમને બી.પી. (લોહીના ઊંચા દબાણ)ની તકલીફ છે અને તેના માટે તેમને બી.પી.ની દવાઓ લેવાનું શરૂ કરાવ્યું હતું. તેમણે થોડા દિવસો માટે દવા લીધી પણ કશી તકલીફ ન જણાતા તેમણે તેમની જાતે જ દવાઓ બંધ કરી દીધી હતી અને પછી ક્યારે પણ ડૉક્ટરને બતાવ્યું નહતું.

આપણા પણ કોઈ નજીકના વહાલા એવા વ્યક્તિને હરિભાઈ જેવું ન થાય એ માટે આપણે લોહીના ઊંચા દબાણ વિષે થોડું જાણી લઈએ.

લોહીનું દબાણ શું છે?

આપણે બધા જાણીએ છીએ કે આપણા શરીરના અંગમાં સતત લોહીનું પરિભ્રમણ ચાલતું રહે છે અને તેના વિના આપણું જીવન શક્ય નથી .આ પરિભ્રમણ ચાલુ રાખવા માટે આપણું હૃદય એક પંપનું કામ કરે છે. તે જ્યારે સંકુચિત થાય છે ત્યારે તે લોહીને આપણી ધમનીઓ (લોહીની નસોમાં) ધકેલે છે અને ધમનીઓમાં એક જાતનું દબાણ સર્જાય છે. જેને આપણે લોહીનું ઉપરનું દબાણ (સીસ્ટોલિક) તરીકે ઓળખીએ છીએ. જ્યારે સંકુચિત થયા પછી હૃદય શિથિલ અવસ્થામાં જાય છે ત્યારે લોહીનું દબાણ ઘટે છે અને તે સમયના દબાણને આપણે નીચેનું દબાણ (ડાયાસ્ટોલીક બ્લડ પ્રેસર) તરીકે ઓળખીએ છીએ, જ્યારે આપણને કહેવામાં આવે છે કે, તમારું દબાણ ૧૨૦/૮૦ છે તેનો મતલબ એ થાય કે આપના લોહીનું ઉપરનું દબાણ ૧૨૦ છે અને નીચેનું દબાણ ૮૦ છે. જ્યારે આપણું ઉપરનું લોહીનું દબાણ ૧૪૦ થી ઉપર જાય છે અને જ્યારે નીચેનું દબાણ ૯૦ થી ઉપર થઈ જાય ત્યારે તે ચિંતાજનક ગણાય છે અને તે માણસને લોહીના ઊંચા દબાણ અથવા તો હાય બ્લડ પ્રેશરની તકલીફ છે તેમ કહી શકાય.

આપણા દેશ/રાજ્યમાં કેટલી વ્યક્તિઓને લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ હોય છે?

લોહીનું ઊંચું દબાણ આપણા દેશ/રાજ્યમાં કેટલા પ્રમાણમાં છે એના વિશેની ચોક્કસ માહિતી નથી પરંતુ કેટલાક સંશોધનો અને ગણતરીઓ પ્રમાણે ૨૫ વર્ષથી વધારે ઉંમરના, શહેરમાં રહેતા લોકોમાં તેનું પ્રમાણ ૨૦ થી ૨૫ ટકા છે અને ગામડાઓમાં રહેતા ૨૫ વર્ષથી વધારે ઉંમરના લોકોમાં તેનું પ્રમાણ૧૦ થી ૧૫ ટકા જેટલું હોય છે. આપણા રાજ્યમાં આ પ્રમાણ વધારે હોવાની શક્યતા છે. સ્ત્રી કરતાં પુરુષોમાં આ તકલીફ વધારે જોવા મળે છે.

લોહીનું ઊંચું દબાણ થવાના કારણો કયા કયા હોઈ શકે?

લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ થવાના કોઈ ચોક્કસ કારણો નથી હોતા પણ જ્યારે નીચેનામાંના કોઈ પણ પરિબળો એક વ્યક્તિમાં હાજર હોય ત્યારે તેને લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ હોવાની શક્યતા વધી જાય છે.

૧. ૫૦ વર્ષથી વધુ ઉંમર
૨. શરીરનું વધુ પડતું વજન અથવા મોટાપણું
૩. બેઠાડું જીવન અથવા જીવનમાં કસરતનો અભાવ
૪. ખોરાકમાં મીઠાનું અથવા ચરબીનું પ્રમાણ વધારે હોવું
૫. તણાવભરી જિંદગી
૬. ધૂમ્રપાન
૭. વારસાગત - જેના માતા-પિતા, દાદા-દાદીને લોહીનું ઊંચુ દબાણ હોય

લોહીના ઊંચા દબાણના લક્ષણો કયા હોઈ શકે?

શરૂઆતના કિસ્સાઓમાં ભાગ્યે જ કોઈ પણ વ્યક્તિને કોઈ લક્ષણો જોવા મળે છે. જ્યારે લોહીનું દબાણ ખૂબ જ વધી જાય છે ત્યારે માથું દુઃખવું, ચક્કર આવવા, આંખે ઓછું દેખાવું, કાનમાં તમરા બોલવા અને શું કરવું તેની સમજણ ન પડવી જેવા લક્ષણો જોવા મળે છે.

લોહીના ઊંચા દબાણનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?

લોહીનું દબાણ માપવા માટે ડૉક્ટર દ્વારા સ્ફીગ્મોમેનોમીટર નામના યંત્રનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. એકથી વધારે વખત જો લોહીનું દબાણ વધારે જણાય તો તે માણસને લોહીના ઊંચા દબાણ (અથવા તો હાય બ્લડ પ્રેસર)ની તકલીફ છે તેવું કહી શકાય. સામાન્ય રીતે લોહીનું દબાણ જ્યારે ૧૪૦/૯૦ થી વધી જાય ત્યારે તેને વધારે કહી શકાય. લોહીનું દબાણ જ્યારે ૧૩૦/૮૦ થી વધી જાય ત્યારે કોઈ પણ વ્યક્તિએ તેને ગંભીરતાથી લેવું જોઈએ અને તકેદારી રાખવાની શરૂઆત કરી દેવી જોઈએ. કોઈ માણસને ખુદને લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ હોવાની જાણ નીચેનામાંથી કોઈપણ સંજોગોમાં થતી હોય છે.

૧. હેલ્થ ચેક-અપ કરાવતી વખતે

૨. કોઈ અન્ય બીમારી માટે ડૉક્ટરની તપાસ કરાવતી વખતે

૩. લોહીનું દબાણ વધારે હોવાના લક્ષણો માટે ડૉક્ટરને દેખાડતી વખતે.

૪. લોહીનું દબાણ વધારે હોવાથી અજાણ વ્યક્તિને થતી તેની આડઅસરો માટે હૉસ્પિટલમાં તાત્કાલિક સારવાર મેળવતી વખતે.

લોહીના ઊંચા દબાણથી શું નુકસાન થઈ શકે?

લોહીના ઊંચા દબાણની સારવાર સમયસર ન થાય તો લોહીનું દબાણ કાબુમાં નથી રહેતું અને તેને લીધે શરીરના અન્ય ભાગોમાં તેની અસર દેખાય છે.

૧. હૃદયમાં લોહી લઈ જતી નળીઓને નુકસાન પહોંચી શકે છે અને તેને લીધે હાર્ટઍટેક આવી શકે છે.

૨. મગજમાં લોહીની નળીઓ ઉપર અસર થવાથી લકવાની તકલીફ થઈ શકે છે.

૩. આંખમાં લોહી પહોંચાડતી નળીઓ ઉપર અસર થવાથી આંખને નુકસાન થાય છે અને માણસને અંધાપો આવી શકે છે. આવી રીતે થતા અંધાપાની સારવાર શક્ય નથી હોતી અને માણસને આજીવન અંધાપો સહન કરવો પડે છે.

૪. કીડનીમાં પણ નુકસાન થઈ શકે છે અને માણસની કીડની ફેલ થઈ શકે છે.

લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ માટે સારવાર કેવી રીતે થઈ શકે છે?

લોહીના ઊંચા દબાણની સારવાર એક નિષ્ણાત ડૉક્ટર (એમ.બી.બી.એસ. અથવા એમ.ડી.) ડૉક્ટર પાસે કરાવવી જરૂરી છે. તેના માટે ડૉક્ટર દ્વારા લખવામાં આવતી દવાઓ સહેલાઈથી મળી રહે છે. આ દવાઓ નિયમિત લેવી ખૂબ જ જરૂરી છે. લોહીના ઊંચા દબાણની સાથે અન્ય કોઈ તકલીફો જેમ કે લોહીમાં કોલેસ્ટ્રોલનું પ્રમાણ વધારે હોવું, હૃદયમાં લોહી ઓછું પહોંચવાની તકલીફ હોવી, ડાયાબીટીસ હોવો વગેરે હોય તો તેની પણ સારવાર કરાવવી ખૂબ જ જરૂરી છે અને તેના માટે ડૉક્ટર દ્વારા લખવામાં આવતી દવાઓ પણ નિયમિત લેવી જોઈએ. આ બીમારી ધરાવતા દરેક વ્યક્તિએ ડૉક્ટરની સલાહ મુજબ નિયમિત લોહીનું દબાણ (બ્લડ પ્રેસર) મપાવતા રહેવું જરૂરી છે. મોટા ભાગના કિસ્સાઓમાં તેને ત્રણ મહિને મપાવવું જરૂરી હોય છે. તે ઉપરાંત લોહીના ઊંચા દબાણને લીધે બીજા અંગ પર આડઅસર થઈ શકે છે કે નહિ તે માટે ડૉક્ટરના જણાવ્યા પ્રમાણે અન્ય અંગોની તપાસ કરાવવી જરૂરી બને છે. આ માટે હૃદયની તપાસ (કાર્ડિયોગ્રામ), આંખના પડદાની તપાસ અને કિડનીની તપાસ કરાવવામાં આવતી હોય છે.

લોહીના ઊંચા દબાણવાળી વ્યક્તિએ કઈ કઈ તકેદારીઓ રાખવી જોઈએ?

૧. નિયમિત દવાઓ લેવી.

૨. ખોરાકમાં વધારે મીઠા (નમક) વાળી વાનગીઓ જેમ કે પાપડ, અથાણા વગેરેનો ઉપયોગ ઓછો કરવો જોઈએ તદુપરાંત રસોઈ બનાવતી વખતે બને એટલો મીઠાનો વપરાશ ઓછો કરવો જોઈએ. આપણે ત્યાં લોટ બાંધતી વખતે મીઠાનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે જો આપણે આવી આદતોને ટાળી શકીએ તો આપણે ખોરાકમાં મીઠાનું પ્રમાણ ઘટાડી શકીએ છીએ એક વસ્તુ યાદ રાખવા જેવી છે કે આપણા શરીર માટે મીઠું જરૂરી હોવાથી આપણે મીઠાનું પ્રમાણ બિલકુલ બંધ ના કરી શકીએ.

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. કોબી, 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.

આરોગ્ય સંજીવની

ઘરના આંગણાનો છોડ – તુલસી

દેવપૂજામાં વપરાતી તુલસીને બધા જ જાણે છે. તુલસી હિંદુ સંસ્કૃતિનું પ્રતીક છે. જૂના જમાનામાં તો તુલસી ક્યારો લગભગ બધા જ ઘરોમાં હોય છે. એક કહેવત છે કે : "જે ઘેર તુલસી ને ગાય, તે ઘર રોગ કદી ન જાય." કારણ કે તુલસીના છોડમાંથી હવા ગળાય ને ઘરમાં આવે છે તે જંતુ મુક્ત થઈને આવે છે. મેલેરિયાના જીવાણું તુલસીના પાનની સુગંધથી જ નાશ પામે છે. આવી તુલસી બે પ્રકારની થાય છે. ૧. રામ તુલસી અને ૨. શ્યામ તુલસી. સામાન્ય રીતે રામ તુલસી દેવ પૂજામાં વપરાય છે. જ્યારે શ્યામ તુલસીના ગુણ વધુ તીક્ષ્ણ હોય છે તેથી દવામાં વધુ વપરાય છે.

તુલસીના પાન અને બી (માંજર) બન્ને અંગ ઔષધ તરીકે વપરાય છે.

- તુલસીના પાનને મરી, સૂંઠ અને ફુદીનાના પાન સાથે થોડી ખાંડવાળા દૂધમાં ઉકાળીને પીવાથી કફ છૂટો પડી જાય છે. તેથી શરદી, ઉધરસ તથા શ્વાસમાં ફાયદો કરે છે અને તેના પાનની તીવ્ર સુગંધ તથા તેના ચંતુઘ્ન ગુણ અને પાચક ગુણને કારણે રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધવાથી તે ફલુ જેવા વાઈરલ રોગ પર પણ સારું કામ કરે છે.
- તુલસીના પાન પાચનક્રિયામાં સુધારો કરે છે તેથી અજીર્ણ જેવા રોગોમાં ઉપયોગી થયા છે. તેથી જ તુલસીના પાનનાં રસમાં સૂંઠ ચૂર્ણ ભેળવીને નાના બાળકોને આપવાથી તેમને પેટની ચૂંક (દુઃખાવો) મટે છે. આ ઉપરાંત તુલસીના પાનના રસમાં આદુનો રસ અને મધ ભેળવીને પીવાથી અરૂચિ (ભૂખ ન લાગે) જેવા રોગમાં લાભપ્રદ છે.
- તુલસીનો રસ મધ સાથે લેવાથી કફવાળી ઉધરસ મટે છે અને બાળકોને કફવાળી ઉલટી થતી હોય તો આ પ્રયોગ ફાયદાકારક બને છે.
- તુલસીના રસમાં એલચીનું ચૂર્ણ નાખીને પીવાથી મોટાઓને પણ ઉલટીમાં ફાયદો કરે છે.
- તુલસીના પાન ચામાં નાખી "તુલસી ચા" તરીકે પ્રખ્યાત છે. તે પાચક, શરદી મટાડનાર તથા નવા તાવમાં ઉપયોગી છે.
- તુલસીના ચાના સ્થાને "તુલસીનો ઉકાળો" પણ ઘણો ફાયદો કરે છે. તેમાં તુલસીના પાન થોડા લઈ તેને ૨૫૦ મી.ગ્રા. પાણીમાં ઉકાળી, તે ચોથા ભાગનું બાકી રહે ત્યારે તેમાં તેટલું જ દૂધ ઉમેરી, જરૂરિયાત પ્રમાણે સાકર ઉમેરી ઉકાળીને પીવાથી શરદી, તાવ, અરુચી, દાહ જેવા રોગોમાં ઉપયોગી થાય છે. તદ્ઉપરાંત શિયાળામાં તે ઘણો ફાયદો કરે છે.
- તુલસીના પાનના રસના ટીપા કાનમાં નાખવાથી કાનમાં આવતું પરુ ઓછું કે બંધ થાય છે. આ ઉપરાંત તેના પાનને વાટીને તેલમાં કકડાવી પછી તે તેલ ગાળીને તેલ કાનમાં નાખવાથી પણ કાનના દુઃખાવામાં ફાયદો થાય છે.

- તુલસીના પાન ચાવીને ખાવાથી રક્તની શુદ્ધિ થવાથી કોઢ - જેવા ચામડીના રોગ પર ઉપયોગી થાય છે.
- કાળી તુલસી, લસણ અને ડુંગળીનો રસ ભેળવીને ૩ મી.ગ્રા. પીવાથી અને શરીર પર ચોળવાથી વાઈ તાણમાં ફાયદો થાય છે.
- તુલસીના બી (માંજર) પણ ખૂબ જ પૌષ્ટિક છે અને તે પણ ભૂખ લગાડનાર છે.
- તુલસીના બી અને ગોળ સાથે ભેળવીને ચણી બોર જેવડી ગોળીઓ કરી ૧ ગોળી ૨ વાર લઈ તેની ઉપર ગાયનું દૂધ પીવાથી પુરુષનું નપુંસકપણું દૂર થાય છે અને વીર્ય વધે છે.
- તુલસીના બી, મોટી એલચીના દાણા, બીલં અને વળિયારી બધું સરખેભાગે (પા તોલો) લઈ ચૂર્ણ કરી તેના આઠ સરખા ભાગ કરી પડીકાવાળવા અને પડીકાનું ચૂર્ણ ગાયના દૂધની તાજી છાશ અને ગોળ ભેળવીને દિવસમાં ચાર વખત લેવાથી મરડો તુર્તજ મટી જાય છે.
- તેજ તુલસીના બીનું ચૂર્ણ અને સંચળ સમભાગે લઈ છાશમાં પીવાથી કબજીયાત મટે છે.
- તુલસીનો રસ વીંછીના ડંખ પર ચોપડવાથી વીંછી ઉતરે છે.

તુલસીનો છોડ આંગણામાં રાખવા પાછળ અનેક વૈજ્ઞાનિક કારણો પણ છે. તુલસીના છોડમાંથી નીકળતી એક વિશિષ્ટ સુગંધ મચ્છરોનો નાશ કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. તદઉપરાંત સાપને પણ તે સુંગધની નજીક રહેવું ગમતું નથી.

તુલસીના છોડમાંથી એક વિશિષ્ટ પ્રકારનો વાયુ ઉત્પન્ન થઈ આજુબાજની રોગકારક હવાને શુદ્ધ બનાવે છે.

આવી તુલસીના અનેક ગુણોને કારણે જ આયુર્વેદ મહર્ષિઓએ ઘેર ઘેર આંગણામાં વાવવાની રીત પ્રચલિત કરીને, પૂજવા લાયક સ્થાન આપ્યું છે. એમ પણ માન્યતા છે કે જે ઘર આંગણે તુલસી ક્યારો હોય ત્યાં યમના રોગરૂપી દૂતો આવી શકતા નથી.

આ તુલસી ફક્ત ભારતમાં જ પ્રચલિત છે તેવું નથી ગ્રીસ દેશમાં પણ તુલસી માટે લોકો શ્રદ્ધા ધરાવે છે અને એક દિવસ "તુલસી દિન" ઉજવે છે. ઓસ્ટ્રેલિયામાં પણ તુલસી ઘરગથ્થુ દવા તરીકે વપરાય છે. તો આવો આજે આપણે સંકલ્પ કરીએ કે મારે ઘેર એક તુલસી ક્યારો કે કુંડું હું રાખીશ જ.

– વૈદ્ય જાગૃતિ કે. ભટ્ટ

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

સોમવાર	મંગળવાર	બુધવાર	ગુરુવાર	શુક્રવાર
ડૉ. સોહમ દેસાઈ - ન્યૂરો ફિઝિશ્યન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) સવારે ૯.૦૦ કલાકે	ડૉ. જેયુલ કામદાર બાળકોના સર્જન સવારે ૯.૦૦ કલાકે	ડૉ. સોહમ દેસાઈ - ન્યૂરો ફિઝિશ્યન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) સવારે ૯.૦૦ કલાકે	ડૉ. પરેશ મોદી - ન્યૂરો સર્જન (ચેતાતંત્રના રોગોના સર્જન) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. સોહમ દેસાઈ - ન્યૂરો ફિઝિશ્યન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) સવારે ૯.૦૦ કલાકે
ડૉ. મિહિર ધોળકિયા ઓર્થોપેડિક ૧૦.૩૦ થી ૧.૦૦	ડૉ. સમીર રાવલ પ્લાસ્ટિક સર્જન સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. અમિત ચઢ્ઢા - યુરોલૉજીસ્ટ (પેશાબના રોગો માટે) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. ચિરાયુ ચોક્સી - ગેસ્ટ્રો એન્ટ્રોલૉજીસ્ટ (જઠર/આંતરડાના રોગ માટે) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. સચીન વાણી - ઑન્કો સર્જન (કેન્સરના ઓપરેશન માટે) સવારે ૧૦.૦૦ કલાકે
ડૉ. સુરેશ નાયક - ન્યૂરો સર્જન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) બપોરે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. સુમિત કાપડિયા - વાસ્ક્યુલર સર્જન (લોહીની નળીઓની તકલીફ માટે) બપોરે ૧૨.૦૦ કલાકે	ડૉ. સુરેશ નાયક - ન્યૂરો સર્જન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) બપોરે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. અનિલ ગંજુ - નેફ્રોલૉજીસ્ટ (કીડનીની બિમારી માટે) બપોરે ૧૨.૩૦ કલાકે	ડૉ. મિહિર ધોળકિયા ઓર્થોપેડિક ૧૦.૩૦ થી ૧.૦૦
ડૉ. અમિત ચઢ્ઢા - યુરોલૉજીસ્ટ (પેશાબના રોગો માટે) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ હેડ એન્ડ નેક ઑન્કો સર્જન (નાક, કાન ગળાના કેન્સર માટે) બપોરે ૨.૩૦ કલાકે	ડૉ. રાજીવ ભટ્ટ - ઑન્કો સર્જન (કેન્સરના ઓપરેશન માટે) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ હેડ એન્ડ નેક ઑન્કો સર્જન (નાક, કાન ગળાના કેન્સર માટે) બપોરે ૨.૩૦ કલાકે	ડૉ. અમિત ચઢ્ઢા - યુરોલૉજીસ્ટ (પેશાબના રોગો માટે) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે
ડૉ. અલ્પા પટેલ - પેઈન ક્લિનિક (અતિશય શારિરીક પીડા માટે) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે	ડૉ. સરનજીત સિંઘ (હેન્ડ એન્ડ ફીંગર રીકન્સ્ટ્રક્ટીવ સર્જન) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે		ડૉ. સરનજીત સિંઘ (હેન્ડ એન્ડ ફીંગર રીકન્સ્ટ્રક્ટીવ સર્જન) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે	ડૉ. વિજય ઠાકોર - વાસ્ક્યુલર સર્જન (લોહીની નળીઓની તકલીફ માટે) સવારે ૧૧.૦૦ કલાકે
ડૉ. શિશિર ગંગ - નેફ્રોલોજીસ્ટ (કીડનીની બિમારી માટે) બપોરે ૨.૩૦ કલાકે				ડૉ. સુરેશ નાયક - ન્યૂરો સર્જન (ચેતાતંત્રના રોગો માટે) બપોરે ૧૧.૦૦ કલાકે
				ડૉ. અલ્પા પટેલ - પેઈન ક્લિનિક (અતિશય શારિરીક પીડા માટે) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે
				ડૉ. મનોજ યાદવ - પલ્મોનોલોજીસ્ટ (ફેફસાની બિમારી માટે) બપોરે ૩.૦૦ કલાકે

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 મજ્ઞારી	ડૉ. હિમાંશુ પંડ્યા	ડૉ. ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ	ડૉ. જ્યોતિ મજ્ઞારી	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. રવિન્દ્ર	ડૉ. દેવાંગી દેસાઈ	ડૉ. નિખિલ દવે	ડૉ. રવિન્દ્ર
	ડૉ. મૌલિન શાહ	ડૉ. વિરેન્દ્ર ચૌધરી	ડૉ. રવિન્દ્ર	ડૉ. મૌલિન શાહ	ડૉ. વિરેન્દ્ર ચૌધરી	
ચેસ્ટ મેડિસિન	ડૉ. સતીષ પટેલ	ડૉ. રાજીવ પાલીવાલ	ડૉ. સતીષ પટેલ	ડૉ. રાજીવ પાલીવાલ	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય
	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. રવિશ ક્ષત્રિય	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર બાલા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર બાલા
	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. ધર્મેન્દ્ર વાળા	ડૉ. નિમીત	ડૉ. નિમીત
	ડૉ. નિમીત	ડૉ. નિમીત	ડૉ. નિમીત	ડૉ. નિમીત		
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		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. હિતેશ યાદુવંશી	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા
	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. કિર્તિ ભટ્ટ	ડૉ. મ્રિના પટેલ	ડૉ. મ્રિના પટેલ
	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની
	ડૉ. નિકિતા ગુપ્તા	ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી	ડૉ. કિર્તિ ભટ્ટ	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. કિર્તિ ભટ્ટ	ડૉ. હિતેશ યાદુવંશી
	ડૉ. કિર્તિ ભટ્ટ	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. હિતેશ યાદુવંશી	ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી	ડૉ. હિતેશ યાદુવંશી	ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી
	ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	ડૉ. ફરહાન ઝુબેરી	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	ડૉ. સિન્ધુ ડોડામની	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ
	ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ		ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ	ડૉ. અનુભુતિ ત્રિપાઠી	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ
	ડૉ. અંચલ પ્રજાપતિ		ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ		ડૉ. આલાપ પ્રજાપતિ	
			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. કૈલાશ દેસાઈ		ડૉ. કૈલાશ દેસાઈ		ડૉ. કૈલાશ દેસાઈ	
બાળ રોગ	ડૉ. નિખિલ ખારોડ	ડૉ. સોમશેખર નિમ્બાલકર	ડૉ. દિપેન પટેલ	ડૉ. સોમશેખર નિમ્બાલકર	ડૉ. નિખિલ ખારોડ	ડૉ. સોમશેખર નિમ્બાલકર
	ડૉ. આરતી	ડૉ. કૃતિકા ટંડન		ડૉ. કૃતિકા ટંડન	ડૉ. દિપેન પટેલ ડૉ. આરતી	ડૉ. કૃતિકા ટંડન ડૉ. અંકુર
સર્જરી	ડૉ. શિરીષ શ્રીવાસ્તવ	ડૉ. જિતેશ દેસાઈ	ડૉ. પરેશ પટેલ	ડૉ. શિરીષ શ્રીવાસ્તવ	ડૉ. જિતેશ દેસાઈ	ડૉ. પરેશ પટેલ
	ડૉ. જયેશ પટેલ	ડૉ. અપૂર્વ પટેલ	ડૉ. જીગ્નેશ રાઠોડ	ડૉ. જયેશ પટેલ	ડૉ. અપૂર્વ પટેલ	ડૉ. જીગ્નેશ રાઠોડ
			ડૉ. હિમાંશુ સોની			ડૉ. હિમાંશુ સોની
હાડકાં	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. અશોક વૈષ્ણવી	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. અશોક વૈષ્ણવી	ડૉ. સરનજીત સિંગ	ડૉ. દર્શન શાહ
	ડૉ. પાર્થ પંચાલ	ડૉ. દર્શન શાહ	ડૉ. રમેશ પંચાલ	ડૉ. દર્શન શાહ	ડૉ. રમેશ પંચાલ	ડૉ. વિવેક પટેલ
		ડૉ. વિવેક પટેલ	ડૉ. અમિત પટેલ, ડૉ. પાર્થ પંચાલ	ડૉ. વિવેક પટેલ	ડૉ. આશિષ સુથાર	
					ડૉ. સેતુલ પટેલ, ડૉ. પાર્થ પંચાલ	
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	
કાન, નાક, ગળુ	ડૉ. ગિરિશ મિશ્રા	ડૉ. યોજના શર્મા	ડૉ. મેહુલ પટેલ	ડૉ. યોજના શર્મા	ડૉ. ગિરિશ મિશ્રા	ડૉ. યોજના શર્મા
	ડૉ. ભૌમિક શાહ	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ	ડૉ. ભૌમિક શાહ	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ	ડૉ. ભૌમિક શાહ	ડૉ. સિદ્ધાર્થ શાહ
	ડૉ. સોહિલ	શ્રી સુનિલ ભટ્ટ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)	ડૉ. સોહિલ	ડૉ. મેહુલ પટેલ	ડૉ. સુનિલ ભટ્ટ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)	
				શ્રી હેમંત પટેલ (ઑડિયોલૉજીસ્ટ)	ડૉ. સોહિલ	

સંપર્ક : (૦૨૬૯૨) ૨૨૮૪૧૧/૨૨૮૪૧૨