એક દિલ

એક જીંદગી
એક મંઝિલ

કાર્ડિયાક સાયન્સ
મેરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ

મારું હૃદય

Marengo CIMS Hospital

વર્ષ -15, અંક-173, 15 મે, 2024

Price ₹ 5/-

હૃદયરોગ (હાર્ટ એટેક) એટલે શું ?

ડૉ. મિલન ચગ

MD, DM (Cardiology), DNB (Cardiology)
FACC (Fellow of American College of Cardiology)
Interventional Cardiologist
Heart Failure and Heart Transplant Cardiologist
Structural Heart Disease and TAVI Specialist
Lipidologist and Preventive Cardiologist
(મો) +૯૧-૯૮૨૪૦ ૨૨૧૦૭
milan.chag@cims.me | www.milanchag.org

જીવન શૈલી બદલવાથી હૃદય રોગનું જોખમ 60 ટકા નિવારી શકાય !

દુનિયામા વિવિધ રોગોને કારણે મૃત્યું પામતાં લોકોની સંખ્યામાં હૃદય રોગથી મૃત્યું પામતાં લોકોની સૌથી સંખ્યા વધારે છે. અંદાજે એક તૃતિયાંશ લોકો હાર્ટ એટેક અથવા તો પક્ષઘાતના હુમલાનો ભોગ બને છે. સવાલ એ થાય છે કે હાર્ટ એટેક શાને કારણે થાય છે ?

"હૃદય એક પંપ છે અને આપણા જીવનકાળ દરમ્યાન 20 કરોડ લીટર લોહીનું શરીરમાં પપીંગ કરે છે. દિવસ-રાત કોઈપણ વિરામ કર્યા વગર આ એક જ અંગ શરીર માટે કાર્યરત રહે છે. તેને પોતાને કાર્યરત રહેવા માટે ઓકિસજન અને ગ્લુકોઝની જરૂર પડે છે. જે હૃદયની સપાટી ઉપર આવેલી રકતવાહિનીઓ (ધમની) દ્વારા પહોંચે છે. ઉંમર વધવાની સાથે દરેક વ્યકિતની આ ધમનીઓમાં કોલેસ્ટેરોલ (ચરબી) ની જમાવટ થતી જાય છે અને નળીઓ સાંકળી થતી જાય છે. આ કારણે વ્યકિતને શ્રમ કરતી વખતે હૃદયનો દુખાવો (Angina) અનુભવાય છે. આ દુખાવો ક્ષણીક હોય છે અને 2 થી 5 મીનીટ આરામ કરવાથી કે નાઈટ્રોગ્લીસરીનની ગોળી ચૂસવાથી દુખાવો બંધ થઈ જાય છે. આ Angina નો દુખાવો છાતીની ડાબી બાજુ કે ડાબા હાથમાં જ થાય તેવી સામાન્ય માન્યતા પણ સાચી નથી. આ દુખાવો જમણા હાથમાં કે ખભામાં, ગળામાં, નીચેના જડબામાં,પેટમાં, વાંસામાં કે છાતીના મધ્યમાં પણ થઈ શકે છે. 20% લોકોને તો કોઇ દુ:ખાવાનો અનુભવ થતો જ નથી. જયારે આ સાંકળી નળી ઓચીંતી બંધ થઈ જાય છે ત્યારે હૃદયના અમુક ભાગમાં લોહીનો પૂરવઠો તદ્દન બંધ થઈ જાય છે અને તે હૃદયરોગના હુમલામાં (હાર્ટ એટેક) પરિણમે છે. તમને ખબર છે કે 60% પુરૂષો અને 50% સ્ત્રીઓમાં હૃદયની બિમારીની ચેતવણી જ મળતી નથી અને સૌથી પહેલા લક્ષણ રૂપે સીધો હાર્ટ-એટેક જ આવે છે. અને અત્યંત ગંભીર બાબતતો એ છે કે હાર્ટ-એટેક દરમ્યાન 25 % લોકો તો ઘરેથી ડોકટર પાસે પહોચતાં પહેલા જ મૃત્યું પામે છે, વિશ્વની કોઈપણ બિમારીમાં આટલો ઉંચો અને આટલો ઝડપી મૃત્યુ-દર નથી ! અને કરૂણતા તો એ છે કે વિશ્વના કોઈપણ દેશ કરતાં ભારતમાં હૃદયરોગની બિમારીનું પ્રમાણ 5 થી 10 ગણું વધારે છે અને ભારતને હૃદયરોગોની રાજધાની કહેવાય છે ! "તમે કયારેય સાંભળ્યું છે કે હાથીને હાર્ટ- એટેક આવ્યો કે ઘોડાને લકવા (પક્ષઘાત) થયો ? અરે આજની તારીખે આફ્રીકા અને દક્ષિણ અમેરીકામાં જીવતા કેટલાક આદીવાસીઓ ને પણ હાર્ટ-એટેક કે લકવો થતો નથી ! તો પછી આપણને શું કામ આવે છે? આનું કારણ એ છે કે સસ્તન પ્રાણીઓ અને પેલા આદીવાસીઓના લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ 100% mg % અને LDL (સૌથી ઘાતક કોલેસ્ટેરોલ)નું પ્રમાણ 50 mg % થી પણ ઓછું છે. આપણા જન્મ વખતે આપણું પ્રમાણ પણ તેટલું જ હતું આ બધાની લોહીની ધમનીઓમાં -આટલા ઓછા કોલેસ્ટેરોલના કારણે ચરબી -જામતી જ નથી. અને આ કારણે હાર્ટ-એટેક કે લકવા (પક્ષઘાત) થતો જ નથી. છેલ્લા કેટલાક વર્ષોમાં આપણી જીવનશૈલી તદ્દન બદલાઇ ગઇ છે. તનાવ-યુકત જીવન, ખોરાકમાં ઘી, તેલ, ફરસાણ, મીઠાઇનો વધુ પડતો ઉપયોગ, તમાકુનું સેવન વધુ પડતું વજન અને શરીરની મેદસ્વીતા, કસરતનો અભાવ, ડાયાબીટીસ-બીપી જેવા રોગનું વધતું પ્રમાણ અને આધુનિક જીવનની દોડધામ, હરીફાઈ અને ટૂંકા ગાળામાં વધુ પૈસા કમાઈ લેવાની આપણી વૃતીના કારણે આપણું કોલેસ્ટેરોલ અને LDL નું પ્રમાણ લોહીમાં 2 ગણાથી પણ વધી ગયું અને તેનું રકતવાહીનીઓમાં જામી જવાનું શરૂ થયું. -જેના કારણે હૃદયરોગનો હુમલો કે લકવાના રોગનો જન્મ થયો.

શું આપણે આનાથી બચી શકીએ?

ફકત જીવનશૈલી બદલવાથી જ આ જોખમ 60% જેટલું ઓછું થઈ શકે છે. વધુ પડતી -

Marengo CIMS Hospital

હૃદયની બિમારીથી બચવા નીચેના સમીકરણો યાદ રાખો:

બ્લડ પ્રેશર

ઉત્તમ	< 120/80 mm Hg
સામાન્ય (નોર્મલ)	< 130/80 mm Hg
સામાન્યથી ઉંચું	130-139 / 80-89 mm Hg
હાઈ બીપી (hypertension)	> 140/90 mm Hg

લીપીડ પ્રોફાઈલ

સામાન્ય (નોર્મલ)	હૃદયરોગના દર્દી, ડાયાબિટીસ, હાઈ બી.પી., જોખમી પરિબળો
કોલસ્ટ્રોલ < 150 mg %	કોલસ્ટ્રોલ < 150 mg %
LDL < 70 mg %	LDL < 30 to 50 mg %
Triglyceride < 120 mg %	Triglyceride < 100 mg %
HDL > 45 mg %	HDL > 45 mg %
LDL/HDL < 1.5	LDL/HDL < 1.0-1.5

નોર્મલ વજન માપવાની સરળ રીત

ઉંચાઈ (cm) - ૧૦૦ વજન (kg)

દા.ત તમારી ઉંચાઈ ૧૬૦ cm હોય તો

૧૬૦ cm - ૧૦૦ = ૬૦ kg

મધુપ્રમેહ (ડાયાબિટીસ)

ફાસ્ટિંગ પ્લાઝમા ગ્લુકોઝ	હિમોગ્લોબિન A/c	૨ કલાકના ઓરલ ગ્લૂકોઝ ટોલેરેંસ ટેસ્ટ (OGTT)
નોર્મલ 70-99 mg/dL	<5.7%	<140 mg/dL
પ્રિડાયાબિટીસ 100-125 mg/ dL	5.7%-6.4%	140-199 mg/dL
ડાયાબિટીસ > 125 mg/ dL	>6.4%	> 199 mg/dL

ડાયાબીટીસનો કંન્ટ્રોલ

૩ મહિનાનું સરેરાશ (Glycated Hb) = ૬.૦-૭.૦

hs - CRP

< 1 mg/L : નોર્મલ. >3 mg/dL : જોખમી.

જીવનની ભાગ-દોડ થી દૂર રહીએ અને તનાવથી દુર રહેવા માટે યોગ- ધ્યાનની સહાય -લઈએ, વધુ પડતા ચરબી યુકત તૈલી પદાર્થોનો ખોરાકમાં ઉપયોગ ઓછો કરીને લીલાં શાકભાજી, ફળ ફળાદીનો ઉપયોગ વધારીએ, કોઈપણ પ્રકારના તમાકુંના સેવન થી દૂર રહીએ, પ્રમાણીત વજન જાળવી રાખીએ અને રોજ 45 થી 60 મીનીટ નો સમય વ્યાયામ-કસરત માટે ફાળવીએ. જો તમારૂ લોહીનું દબાણ (બીપી) વધું હોય તો જીવનશૈલી થી અને જરૂર પડેતો દવાઓથી તેના નોર્મલ લેવલમાં લઈ આવીએ. કોઈપણ ઉંમરે આપણું BP 130/80 mm.Hg થી નીચે હોવું જોઈએ. જો લોહીમાં ચરબીનું પ્રમાણ વધુ હોય તો તેને પણ ખોરાક-કસરત અને જરૂર પડેતો ડોકટરની સલાહ પ્રમાણેની દવાથી નીચે લાવી શકાય છે STATIN ગૃપની દવા આમાં અત્યંત ઉપયોગી સાબિત થયેલી છે અને તેનાથી હાર્ટ-એટેક, લકવા અને મૃત્યુંનો દર 30-50% થી વધુ નીચે લાવી શકાય. ભારતીયોમાં ચરબીનું પ્રમાણ બાજુમાં દર્શાવેલ કોઠા પ્રમાણે રાખવું જોઈએ. જો તમને ડાયાબિટીસ હોય તો નિયમીત રીતે 3 મહીનાનું સરેરાશ લોહીની શર્કરાનું પ્રમાણ (Blood sugar) - Glycated Hb- 6.0 થી 7.0 ની વચ્ચે રાખવું જોઈએ. અને સૌથી મહત્વની વાત:- જો તમને વારસામાં હૃદયની બિમારી હોય તો તમને પણ આ રોગ આવવાની પુરેપુરી શકયતા છે. અને તેનાથી બચવા માટે, ચાલો આજ થી જ પ્રયત્નો શરૂ કરીએ.

કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. વિપુલ કપૂર	+91-98240 99848	ડૉ. ઉર્મિલ શાહ	+91-98250 66939
ડૉ. તેજસ વી. પટેલ	+91-89403 05130	ડૉ. હેમાંગ બક્ષી	+91-98250 30111
ડૉ. હિરેન કેવડીયા	+91-98254 65205	ડૉ. અનિશ ચંદારાણા	+91-98250 96922
ડૉ. ગુણવંત પટેલ	+91-98240 61266	ડૉ. અજય નાઇક	+91-98250 82666
ડૉ. કેયૂર પરીખ	+91-98250 26999	ડૉ. સત્ય ગુપ્તા	+91-99250 45780
ડૉ. મિલન ચગ	+91-98240 22107	ડૉ. વિનીત સાંખલા	+91-99250 15056

પીડિયાટ્રીક કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. કશ્યપ શેઠ	+91-99246 12288	ડૉ. મિલન ચગ	+91-98240 22107

કાર્ડિયાક સર્જન

ડૉ. ધીરેન શાહ	+91-98255 75933
ડૉ. ધવલ નાયક	+91-90991 11133
ડૉ. અમિત ચંદન	+91-96990 84087
ડૉ. કિશોર ગુપ્તા	+91-99142 81008
ડૉ. નિકુંજ વ્યાસ	+91-73531 65955

પીડિયાટ્રીક અને સ્ટ્રક્ચરલ હાર્ટ સર્જન

ડૉ. શૌનક શાહ	+91-98250 44502

કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર, થોરાસીક અને થોરાકોસ્કોપીક સર્જન

ડૉ. પ્રણવ મોદી	+91-98240 84700

કાર્ડિયાક એનેસ્થેટીક્સ

ડો. નિરેન ભાવસાર	+91-98795 71917
ડૉ. હિરેન ધોળકિયા	+91-95863 75818
ડૉ. ચિંતન શેઠ	+91-91732 04454

કાર્ડિયાક ઈલેક્ટ્રોફિઝિયોલોજીસ્ટ

ડૉ. અજય નાઈક +91-98250 82666

ડૉ. હિરેન કેવડિયા +91-98254 65205

Marengo CIMS Hospital

એક હૃદય
એક જીવન
એક મંજિલ
કાર્ડિયાક સાઇન્સ
મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ

25 વર્ષ વિશ્વાસપાત્ર હૃદયની સંભાળના

પેસમેકર, અનિયમિત ધબકારાની EP સ્ટડી દ્વારા સારવાર માટે

ગુજરાતમાં અગ્રણી

Marengo CIMS Hospital
Off. Science City Road, Sola, Ahmedabad - 380060
Email: marengocims.info@marengoaisa.com

JCI (USA) NABH ACC

For emergency or appointment,
1800 309 9999

Marengo CIMS Hospital

JCI (USA)

ONE HEART
ONE LIFE
ONE DESTINATION
CARDIAC SCIENCE
MARENGO CIMS HOSPITAL

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ
ટ્રાન્સપ્લાન્ટમાં ભારતભરમાં અગ્રેસર

51મું હાર્ટ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ

ધબકતું હૃદય અને જિંદગીની અમૂલ્ય ભેટ આપનાર દરેક ડોનરને દિલથી સલામ !

ભારતની સૌથી વિશાળ હાર્ટ કેર નિષ્ણાંતોમાંની એક ટીમ

કાર્ડિયોથોરાસિક અને વાસ્ક્યુલર સર્જન્સ/ હાર્ટ એન્ડ લંગ ટ્રાન્સપ્લાન સર્જન્સ

ડો. ધીરેન શાહ (ડિરેક્ટર) | ડો. ધવલ નાયક | ડૉ. અમિત ચંદન | ડો. કિશોર ગુપ્તા | ડો. નિકુંજ વ્યાસ | ડો. શૌનક શાહ | ડૉ. પ્રણવ મોદી

હાર્ટ ફેલ્યોર અને ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કાર્ડિયોલોજિસ્ટ્સ

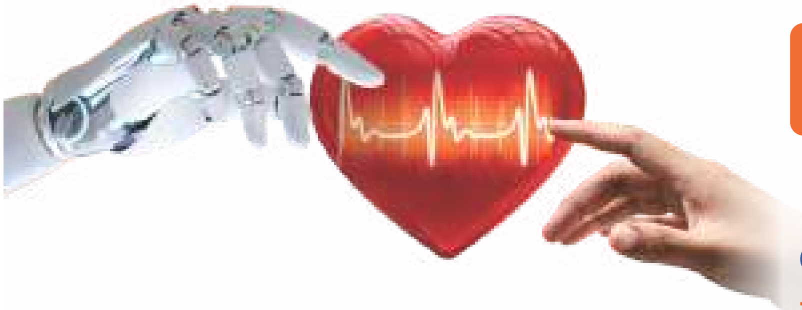
ડો. તેજસ વી. પટેલ | ડૉ. સત્ય ગુપ્તા | ડો. ઉર્મિલ શાહ | ડો. અનીશ ચંદારાણા | ડો. કેયુર પરીખ | ડો. મિલન ચગ | ડો. અજય નાયક | ડો. હેમાંગ બક્ષી | ડો. હિરેન કેવડીયા | ડો. વિપુલ કપૂર | ડો. કશ્યપ શેઠ

હાર્ટ એન્ડ લંગ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ એનેસ્થેસિયોલોજિસ્ટ એન્ડ ઇન્ટેન્સિવિસ્ટ

ડો. નિરેન ભાવસાર | ડો. હિરેન ધોળકિયા | ડો. ચિંતન શેઠ

Marengo CIMS Hospital

એક હૃદય
એક જીવન
એક મંજિલ
કાર્ડિયાક સાઈન્સ
મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ



અદ્યતન અને સેન્સિટિવ રોબોટ્સ

ગુજરાતમાં પ્રથમવાર સફળ રોબોટિક બાયપાસ સર્જરી, મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલમાં

આ સફળ હાર્ટ સર્જરી લાવશે અદ્યતન કાર્ડિયાક કેરમાં એક નવા યુગની શરૂઆત

QAI

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલમાં હવે

ક્વોલિટી & એક્રિડિટેશન ઇન્સ્ટિટ્યૂટ

દ્વારા માન્યતા પ્રાપ્ત **અધતન સ્ટ્રોક સેન્ટર**

Marengo CIMS Hospital
Off. Science City Road, Sola, Ahmedabad - 380060
Email: marengocims.info@marengoaisa.com

JCI (USA) NABH ACC

For emergency or appointment,
1800 309 9999
www.cims.org

Marengo CIMS Hospital

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલ, અમદાવાદમાં
કેશલેસ સેવાઓ
હવે ઉપલબ્ધ

જોઈન્ટ કમિશન ઈન્ટરનેશનલ માન્યતા પ્રાપ્ત

અમદાવાદ શહેરની એક માત્ર મલ્ટી-સ્પેશ્યાલીટી હોસ્પિટલ

કેશલેસ ઈન્સ્યોરન્સ I થર્ડ પાર્ટી એડમિનિસ્ટ્રેટર (TPA) I પબ્લિક સેક્ટર અંડરટેકીંગ (PSU)

ઇન્શ્યોરન્સ કંપનીઓ

- ન્યૂ ઈન્ડિયા એશ્યોરન્સ
- નેશનલ ઇન્શ્યોરન્સ
- યુનાઈટેડ ઈન્ડિયા ઇન્શ્યોરન્સ
- ઓરિયેન્ટલ ઇન્શ્યોરન્સ

ટી.પી.એ. (TPA)

- અલંકિત હેલ્થ કેર
- અનમોલ મેડીકેર
- અન્યુતા હેલ્થકેર
- ઈસ્ટ વેસ્ટ આસિસ્ટ
- એરિક્સન હેલ્થેકર
- ફેમિલી હેલ્થ પ્લાન
- ફોકસ હેલ્થસર્વિસ
- જેનિસ ઈન્ડિયા
- ગુડ હેલ્થ પ્લાન
- ગ્રાન્ડ હેલ્થકેર સર્વિસ
- હેપ્પી ઈન્સ્યોરન્સ
- હેલ્થ ઈન્ડિયા
- હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ
- હેરિટેઝ હેલ્થ
- એમડી ઈન્ડિયા હેલ્થકેર
- મેડ સેવ હેલ્થ કેર
- મેડી આસિસ્ટ ઈન્ડિયા
- મેડએડવાન્ટેજ ઈન્સ્યોરન્સ
- પાર્ક મેડીકલેમ
- પેરામાઉન્ડ હેલ્થ સર્વિસ
- રક્ષા હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ
- રોથશિલ્ડ હેલ્થકેર
- સેફવે હેલ્થકેર
- સ્પૂર્થી મેડિટેક
- શ્રી ગોકુલમ હેલ્થ સર્વિસીસ
- વિડાલ હેલ્થ
- વિપુલ મેડ કોર્પ

પ્રાઈવેટ ઈન્શ્યોરન્સ

- આદિત્ય બિરલા હેલ્થ
- બજાજ આલિયાન્ઝ
- ચોલા MS
- મનિપાલ સિગ્ના
- ડીએચએફએલ
- એડલ વાઇસ
- ગો ડિજીટ
- એચડીએફસી અર્ગો
- ICICI લોમ્બાર્ડ
- ઇફ્કો ટોકિયો
- ઈન્ડિયા ફર્સ્ટ લાઈફ ઇન્શ્યોરન્સ
- લિબર્ટી જનરલ ઇન્શ્યોરન્સ
- મેગ્મા HDI
- નિવા બુપા
- કેર હેલ્થ
- રિલાયન્સ જનરલ
- એસ.બી.આઈ. જનરલ
- સ્ટાર હેલ્થ એન્ડ એલાઈડ
- ટાટા એ.આઈ.જી
- યુનિવર્સલ સોમ્પો
- એકો જનરલ
- નાવી જનરલ ઈન્સ્યોરન્સ

પબ્લિક સેક્ટર અન્ડરટેકિંગ (PSU)

- એરફોર્સ સ્ટેશન - વડસર*
- એરપોર્ટ ઓથોરિટી ઓફ ઇન્ડિયા
- ભારત સંચાર નિગમ લિમિટેડ*
- **સેન્ટ્રલ ગવર્નમેન્ટ હેલ્થ સ્કિમ (CGHS)**
- દીનદયાળ પોર્ટ ઓથોરિટી
- એમ્પ્લોઈ'સ સ્ટેટ ઇન્શ્યોરન્સ કોર્પોરેશન (ESIC)* (માત્ર કર્મચારીઓ અને પેન્શનરો માટે)
- ફૂડ કોર્પોરેશન ઓફ ઇન્ડિયા
- ગેસ ઓથોરિટી ઓફ ઈન્ડિયા લિમિટેડ (GAIL)
- ગુજરાત મિનરલ્સ ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (GMDC)*
- ગુજરાત સ્ટેટ ફર્ટિલાઇઝર્સ કોર્પોરેશન (GSFC)
- **ગુજરાત ઉર્જા વિકાસ નિગમ લિમિટેડ (GEB) (GUVNL, GSECL, GETCO, UGVCL, PGVCL, MGVCL, DGVCL)**
- હાઉસિંગ એન્ડ અર્બન ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (HUDCO)
- હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (HPCL)
- ઇન્ડિયન ફાર્મર્સ ફર્ટિલાઇઝર્સ કોર્પોરેશન (IFFCO)
- ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ટેકનોલોજી - ગાંધીનગર (IIT-GN)
- ઈન્કમ ટેક્સ ડિપાર્ટમેન્ટ
- **ઇન્ડિયન ઓઇલ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (IOCL)**
- **ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ફોર પ્લાઝ્મા રિસર્ચ (IPR)**
- ઇન્ડિયન રેલવે કેટરિંગ એન્ડ ટુરિઝમ ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (IRCTC)
- **ઇન્ડિયન સ્પેસ રિસર્ચ ઓર્ગેનાઇઝેશન (ISRO)**
- નેશનલ હાઇ સ્પીડ રેલ કોર્પોરેશન (NHSRL)
- **ઓઇલ એન્ડ નેચરલ ગેસ કોર્પોરેશન (ONGC) (મહેસાણા, અમદાવાદ વગેરે,)**
- ફિઝિકલ રિસર્ચ લિમિટેડ (PRL)
- ભારતીય રિઝર્વ બેંક (RBI)
- રાજકોટ નાગરિક સહકારી બેંક (RNSB)*
- **સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા (SBI)**
- **વેસ્ટર્ન રેલ્વે**

*** ટાઈ-અપ્સ મુજબ રિમ્બર્સમેન્ટ સુવિધા**

India's **New Destination** For Transplants ▪ Heart ▪ Liver ▪ Kidney ▪ Lung ▪ Paediatric BMT

Marengo CIMS Hospital

"Maru Hriday" Registered under RNI No. GUJGUJ/2009/28044
Published 15th of every month
Permitted to post at PSO, Ahmedabad-380002 on the 22nd to 27th of every month under
Postal Registration No. GAMC-1731/2022-2024 issued by SSP Ahmedabad valid upto 31st December, 2024
Licence to Post Without Prepayment No. PMG/NG/090/2022-2024 valid upto 31st December, 2024

If Undelivered Please Return to :

Marengo CIMS Hospital, Nr. Shukan Mall,
Off Science City Road, Sola, Ahmedabad-380060.
Call : 1800 309 9999

'મારૂ હૃદય' નો અંક મેળવવા અંગે : જો તમારે 'મારૂ હૃદય' નો અંક જોઇતો હોય તો તેની કિંમત ₹ ૬૦ (૧૨ અંક) છે. તેને મેળવવા માટે કેશ અથવા ચેક/ડીડી 'સીમ્સ હોસ્પિટલ પ્રા. લી.' ના નામનો તમારા નામ અને તમારા પુરતા એડ્રેસની વિગત સાથે અમારી ઓફિસ, "મારૂ હૃદય" ડિપાર્ટમેન્ટ, સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ પર મોકલી આપશો. ફોન નં. : +૯૧-૭૯-૪૮૦૫ ૨૮૨૩

Marengo CIMS Hospital

મૈરિંગો સિમ્સ હોસ્પિટલમાં સ્વાગત કરીએ છીએ

ડૉ ઝીલ સોની

MBBS, DNB (Nuclear Medicine),
કન્સલ્ટન્ટ ન્યુક્લિયર મેડિસિન ફિઝિશિયન

એપોઈન્ટમેન્ટ માટે 1800 309 9999
cims.org

JCI (USA) NABH

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક ડૉ. અનિશ ચંદારાણાએ સીમ્સ હોસ્પિટલ વતી હરિઓમ પ્રિન્ટરી, ૧૫/૧, નાગોરી એસ્ટેટ, ઇ.એસ.આઇ. ડિસ્પેન્સરીની સામે, દૂધેશ્વર રોડ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૪ ખાતેથી છાપ્યું અને સીમ્સ હોસ્પિટલ, શુકન મોલ નજીક, ઓફ સાયન્સ સીટી રોડ, સોલા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૬૦ ખાતેથી પ્રસિદ્ધ કર્યું.