



aashka
HOSPITAL



આરકા સ્પોટલાઈટ (માર્ચ 25')

મેડિકલ હાઇલાઇટ્સ

હેલ્થકેર ક્ષેત્રે સાથે મળીને આગળ વધવાનો પ્રયાસ

હેલ્થકેર ક્ષેત્રે અર્થપૂર્ણ પરિવર્તન લાવવા સમગ્ર ગુજરાતમાં અગ્રણી સંસ્થાઓ સાથે સહયોગ કરવામાં અમે ગર્વ અનુભવીએ છીએ!

1. સંદેશ ન્યૂઝ દ્વારા ગુજરાત હેલ્થપ્રેન્ચોર્સ - હેલ્થકેર ક્ષેત્રે બદલાવ લાવનાર અગ્રણ્ય સંસ્થાઓનું સન્માન અને માનનીય આરોગ્ય મંત્રી શ્રી રૂષિકેશ પટેલ ની અધ્યક્ષતામાં હેલ્થકેરમાં AI ની ભૂમિકા પર ચર્ચા.
2. એયુ સ્મોલ ફાઇનાન્સ બેંક ના સહયોગથી સિનિયર સિટીઝન કાઉન્સિલ સંસ્થામાં હેલ્થ ચેક-અપ કેમ્પ.

સારવાર માં શ્રેષ્ઠતા

પીડા સાથે જીવવું ક્યારેય સરળ નથી હોતું, અને મોઆબ્લિકના એક દર્દી માટે, તે અસહ્ય બની ગયું હતું. તેના કમરના નીચેના ભાગમાં તીવ્ર દુખાવો, પગમાં દુખાવો, ચાલતી વખતે નબળાઈ, જમણા થાપાના સાંધામાં દુખાવો થતો હતો. સરળ હલનચલન એ રોજિંદો સંઘર્ષ બની ગયો હતો.

યોગ્ય સારવાર શોધવા માટે મક્કમ બનીને, તે અને તેના પરિવારે દક્ષિણ આફ્રિકા, મલાવી અને બ્રાઝિલની હોસ્પિટલોની માહિતી મેળવી. એક સરખી ભાષાના કારણે બ્રાઝિલ તેમની પહેલી પસંદગી હતી. જોકે, એક વિરવસનીય સંદર્ભ દ્વારા, તેઓએ ભારતની ગાંધીનગર સ્થિત આરકા



aashka
HOSPITAL



હોસ્પિટલમાં આવવાનું નક્કી કર્યું. શરૂઆતમાં ખચકાટ હતો - શું ભાષા અવરોધ બનશે? શું તેમને જરૂરી સંભાળ મળશે? પરંતુ શ્રેષ્ઠ તબીબી સારવારની તેમની શોધે તેમને આગળ વધવાનો આત્મવિશ્વાસ આપ્યો.

થોડા સમય પછી, તેમને **ડૉ. રવિ ખેતાન** ની દેખરેખ હેઠળ દાખલ કરવામાં આવી. MRI સ્કેન સહિત વિગતવાર મૂલ્યાંકન પછી, તેણીને **L3-L4 અને L4-L5 નર્વ રૂટ કમ્પ્રેશન અને જમણા થાપા ના સાંધાના એપસ્ટ્યુલર નેક્રોસિસ (AVN) હોવાનું નિદાન** થયું. ત્યારબાદ ઓપરેશન કરવાનું નક્કી કરવામાં આવ્યું. શ્રેષ્ઠ રિકવરી સુનિશ્ચિત કરવા માટે પહેલા સ્પાઇન સર્જરીને પ્રાથમિકતા આપવામાં આવી હતી અને ત્યારબાદ ઓર્થોપેડિક સર્જરી કરવામાં આવી હતી.

L4-L5 ફિક્સેશન, ડિસ્કમ્પ્રેશન અને બાયલેટરલ નર્વ રૂટ ફોરએમિનોટોમી - ઓપરેશન સફળતા પૂર્વક કરવામાં આવ્યું. **બે દિવસમાં, તે સારી રીતે સ્વસ્થ થઈ ગઈ** તથા દુખાવા થી મુક્તિ મળી.

એક અઠવાડિયા પછી, તેણીને **ડૉ. જયદીપ કંસારા** ની દેખરેખ હેઠળ **શર્ટ ટોટલ હિપ રિપ્લેસમેન્ટ** માટે ફરીથી દાખલ કરવામાં આવી. પીડા વિના ગતિશીલતા પાછી મેળવવા માટે આ ઓપરેશન જરૂરી હતું. **દૈનિક રક્ત તપાસ, દવા, પોસ્ટ-ઓપરેટિવ સંભાળ અને સૌથી અગત્યનું ફિઝિયોથેરાપી દ્વારા તેણીની રિકવરી થવા લાગી.** દર્દી ચેપી રોગ થી પીડિત હોવા છતાં આ સમગ્ર સારવાર અને ઓપરેશન સફળતા પૂર્વક કરવામાં આવ્યા.

જતા પહેલા, તેણીએ આભાર પત્ર આપ્યો અને **હૃદયપૂર્વક હોસ્પિટલ ના સ્ટાફનો ખાસ આભાર વ્યક્ત કર્યો.** તેણીએ **ડૉ. દીપેશ ફરાણિયા (ક્રિટિકલ કેર ઇન્ટેન્સિવિસ્ટ), ડૉ. રવિ ખેતાન (ન્યુરો અને સ્પાઇન સર્જન), ડૉ. જયદીપ કંસારા (ઓર્થોપેડિક સર્જન), ડૉ. સંકેત માંકડ (ચેપી રોગ નિષ્ણાત), અને ડૉ. શિવાની ગોસ્વામી (ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ)** અને સમગ્ર તબીબી અને પેરામેડિકલ ટીમનો તેમની શ્રેષ્ઠ સંભાળ માટે વ્યક્તિગત રીતે આભાર માન્યો.

પીડાથી ઉપચાર, શંકાથી વિશ્વાસ અને સંઘર્ષથી સ્વસ્થતા સુધીની તેમની સફર નિષ્ણાત તબીબી સંભાળ અને કુશળપૂર્ણ સારવારની શક્તિનો પુરાવો છે.



aashka
HOSPITAL



દર્દીઓના અભિપ્રાય

દર્દીનું નામ: અફસર હયાત અન્સારી

અમે મારી ભત્રીજી ને આ હોસ્પિટલ માં ઇમર્જન્સી માં લાવ્યા હતા. હોસ્પિટલ નો સ્ટાફ કુશળ અને મહેનતુ છે. તેમણે તરત જ પરિસ્થિતિ સંભાળી અને તરત જ ડૉક્ટરને તેની તપાસ કરવા બોલાવ્યા. ડૉક્ટર ખુબજ નમ્ર હતા અને અમને તેમણે આરવાસન આપ્યું. અને જરૂરી દવા લખી આપી હતી. ઇમર્જન્સી હોવા છતાં અમારો અનુભવ ખૂબ જ રાહતદાયક હતો.

હોસ્પિટલ સ્વચ્છ હતી અને સારી રીતે જાળવવામાં આવી હતી, જે તલાવપૂર્ણ સમયમાં પણ રાહત આપનારું હતું. આરકા હોસ્પિટલ ચોક્કસપણે ગાંધીનગરની ટોચની હોસ્પિટલ છે.

હોસ્પિટલ ના ઉત્કૃષ્ટ કર્મચારી તથા વિભાગ

શ્રેષ્ઠ ડીપાર્ટમેન્ટ



ઓ.ટી વિભાગ

શ્રેષ્ઠ કર્મચારી (મેડિકલ)



જસોદા ડામોર
(નર્સિંગ)

શ્રેષ્ઠ કર્મચારી (નોન મેડિકલ)



શાહ મોહમ્મદ કબીરુલ ઘરલામ
(કાફે કોઓર્ડિનેટર અને આઇટી ટ્રેઇની)

ઉજવણી

આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા દિવસ





નિષ્ણાત ની સલાહ

ઋતુ બદલાતા થતી માંદગી માં સ્વસ્થ રહેવા માટે ડૉક્ટર ના સૂચનો:

ડૉ. દિપેશ ફટાણીયા - ક્રિટિકલ કેર ફિઝિશિયન

કેટલાક લોકો શિયાળાથી બદલાવ ના સમય ગાળાને આપકારે છે, પરંતુ ઘણા લોકો માટે, ઋતુ પરિવર્તન સુસ્તી, થાક અને ઊર્જા સ્તરમાં સામાન્ય ઘટાડો લાવે છે. જ્યારે તમે હવામાનને નિયંત્રિત કરી શકતા નથી, ત્યારે તમે તમારા સ્વાસ્થ્યને નિયંત્રણમાં રાખવા અને તમારા શ્રેષ્ઠ અનુભવ માટે સક્રિય પગલાં લઈ શકો છો.

સ્વસ્થ રહેવા માટે અહીં ત્રણ સરળ છતાં અસરકારક રીતો છે:

1. મીટિંગ અને વોકમાં ફેરવો :

ચાલવાની સાથે મીટિંગ કરવાનો પ્રયાસ કરો - રોજના ત્રીસ મિનિટ ચાલવાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. ઝડપી ચાલવાથી રક્ત પરિભ્રમણ સુધરે છે, એન્ડોફિન્સ (તમારા શરીરની કુદરતી ઊર્જા બૂસ્ટર) મુક્ત થાય છે અને તમારી દિનચર્યામાં ખૂબ જ જરૂરી શારીરિક પ્રવૃત્તિ ઉમેરે છે. ચાલવું એ તમારી સર્કેડિયન લયને નિયંત્રિત કરવામાં પણ મદદ કરે છે, જે તમારા શરીર માટે ઋતુ દ્વારા થતા ફેરફારોને અનુકૂળ કરવાનું સરળ બનાવે છે.

2. પીવાના પાણી માં લીંબુ નો ઉપયોગ કરો :

તમારી તમારા શરીર માટે અજાયબીઓનું કામ કરી શકે છે. લીંબુ વિટામિન સીથી સમૃદ્ધ છે, જે તમારી રોગપ્રતિકારક શક્તિને મજબૂત બનાવે છે, ઋતુ બદલાવાથી થતી સુસ્તીનો સામનો કરે છે અને તમારા શરીરને તાપમાનના ફેરફારોને સમાયોજિત કરવામાં મદદ કરે છે. ઉપરાંત, હાઇડ્રેટેડ રહેવાથી પાચનમાં મદદ મળે છે અને તમારી ત્વચા તાજગી અનુભવે છે.



aashka
HOSPITAL



3. નિયત સમયે સૂવાની આદત પાડો અને તેને વળગી રહો :

દિવસના પ્રકાશના કલાકોમાં ફેરફાર અને તાપમાનની વધઘટ તમારી આંતરિક ઘડિયાળને બંધ કરી શકે છે. એક નિશ્ચિત સૂવાનો સમય અને વાઇલ્ડ ડાઉન કરવા માટે ફોન રિમાઇન્ડર્સનો ઉપયોગ એ ખાતરી કરે છે કે તમારા શરીરને જરૂરી આરામ મળી રહે.

તમારી દિનચર્યામાં નાના ફેરફારો પણ મોટો તફાવત લાવી શકે છે – આજે જ શરૂ કરો!

સુવિચાર

“તમારા શરીરની સંભાળ રાખો.
તમારે રહેવા માટે આ એકમાત્ર જગ્યા છે.” - જિમ રોન

