

Welcare TODAY

LIVE RIGHT, LIVE HEALTHY
A Patient Education Initiative by 'Arthritis Foundation'



પુજ્ય ગોસ્વામી શ્રી દ્વારકેશલાલજી વેલકેરના આંગણે

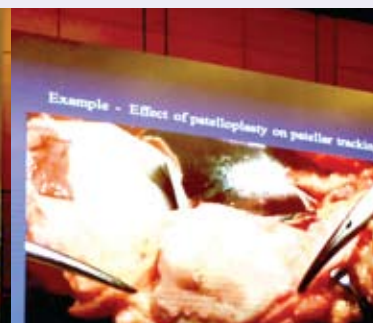
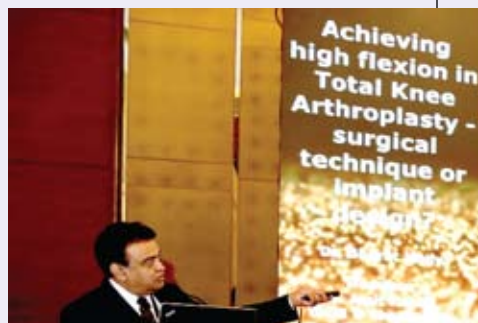
'વેલકેર હોસ્પિટલ એ વડોદરા શહેર માટે સુંદર ઘરેણું છે. તે વડોદરા શહેરને ભેટરુપે આપવા બદલ ડો ભરત મોદી અને તેમની ટીમને હૃદયપૂર્વક શુભેચ્છાઓ,'
પુ. શ્રી ગોસ્વામીજીની વેલકેરની મુલાકાત દરમિયાન બોલ્યા.....જુઓ પાનું ૩

Contents

Harmonic Scalpel: The Cutting Edge Technology.....	2	સી.ઓ.પી.ડી. - સમજો તો તેને જીતો, ધ્યાન ના આપો તો હારો .	૬
Treating the Young and Very Old.....	3	Stem Cell Therapy for young AVN patients	7
Spirometry.....	3	સ્વાસ્થ્ય બુધવાર - વિનામુલ્યે ફિઝિશિયન દ્વારા તપાસ	૮
શું તમે જાણો છો કે જેરીયાટ્રીક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ એટલે શું?	૪	સિગારેટ અથવા બીડી ની લત છે ?.....	૮

Dr Mody Key Note speaker at Arthroplasty Conference

Delegates of the ELITE Arthroplasty conference at Chandigarh commended Dr Mody's talk



Achieving the ability to fold the knee completely after knee replacement surgery is important in Indian culture. Dr Mody described the surgical technique which allows patients full flexion after surgery



Harmonic Scalpel: The Cutting Edge Technology

It is a magic knife that cuts tissue and stops bleeding at the same time

Cutting and haemostasis

There used to be a time when surgeries took a lot of time because surgeon had to tie bleeding vessels. Now times have changed, surgeons cut and stop bleeding both at the same time.

Cutting edge Technology

The Harmonic scalpel is a surgical instrument used to simultaneously cut and cauterize tissue. Unlike Electrosurgery, the harmonic uses ultrasonic vibrations instead of electric current to cut and cauterize tissue.

The harmonic scalpel may be superior to electro-surgery [where electrical currents are used to cut tissue and stop bleeding] in that it can cut through

thicker tissue, creates less toxic surgical smoke, and may offer greater precision. The harmonic scalpel is not as easily manoeuvrable as an electrosurgical instrument, and takes longer to cut and coagu-

A Harmonic scalpel cuts via vibration. The scalpel surface itself cuts through tissue by vibrating in the range of 55,500 Hz. The high frequency vibration generates heat, but this technique causes minimal energy transfer to surrounding tissue, limiting collateral damage. All in all the Harmonic Scalpel is a huge benefit to surgeons.



late tissue. Additionally, while electrocautery can be used to coagulate bleeding tissue at any time, the harmonic scalpel only coagulates as it cuts.

Mechanism

Benefits of the Harmonic

The Harmonic Scalpel's biggest advantage is the reduced bleeding and recovery time for the patient. Other advantages include the ability for a surgeon to make more precise cuts, and an overall reduction of lateral thermal tissue damage in comparison to other operating devices.

Editorial Board

Editor

Dr Harshida Mody

Editorial Team

Dr Meena Sheth
Shri Ajitbhai Kapadia
Dr Bibhas Shah

Contact Us

Do you have any query about any medical illness? Are you in two minds about getting a medical treatment? Please email to us. Welcare Hospital's Medical Specialists will help solve your dilemma.

તબીબી સલાહ માટે અમારો સંપર્ક જરૂર કરો શું કોઈ બીમારી માટે કઈ સારવાર લેવી તેની મુંઝવણમાં છો ? વેલકેરના નિષ્ણાત તબીબોની નિ:શુલ્ક સચોટ સલાહ માટે ઈમેલ કરશો.

communication@welcarehospital.co.in

Welcare Hospital

Gujarat's Hospital for Special Surgeries
Atladara-Vadsar Ring Road,
Atladara, Vadodara-390012
[Gujarat]
☎ - 0265 2337172
www.welcarehospital.co.in

Appointments

Doctors' appointments at
Welcare Hospital
[9:00 AM to 6:00 PM]

વેલકેર હોસ્પિટલના ડૉક્ટરની એપોઇન્ટમેન્ટ માટે ફોન કરો. સમય સવારે ૯:૦૦ થી સાંજે ૬:૦૦ સુધી
☎ 9327435570
☎ 9328921614

Stem Cells in AVN

Avascular necrosis (AVN) of the femoral head is a devastating joint disease that affects thousands of young people, sometimes for no fault of theirs, sometimes because of bad lifestyle habits. Such patients can be treated only with total hip replacement [THR] surgery.

The use of Stem Cells in the minimally invasive treatment for avascular necrosis of the femoral head is done in Welcare Hospital and is a great alternative to THR. Great because AVN of femoral head affects young people and implanting a prosthesis in young age compromises the patient's lifestyle. Stem Cell therapy removes the need for an artificial joint and restores the diseased bone to normalcy.

Smoking, COPD, AVN

Ask anyone about the risks of smoking and most people will say that it causes cancer. True. Some will say it causes Heart Attacks. True again. But very few know that smoking also causes COPD and AVN, two conditions which need intense treatment. With a view to encourage smokers to check



વેલકેર હોસ્પિટલમાં શ્રી અરુણભાઈ શાહ સારવારમાટે દાખલ થયા હતા ત્યારે તેમના ગુરુ પુજ્ય ગોસ્વામી ૧૦૮ શ્રી દ્વારકેશ લાલજી મહારાજ વેલકેર હોસ્પિટલમાં અરુણભાઈના ખબરઅંતર પુછવા પધાર્યા હતા. તે વખતે વેલકેરના સંસ્થાપક ડો ભરતભાઈ મોદી સાથે મહારાજશ્રીએ વેલકેરના ઓપરેશન થિએટર અને આઈ.સી.યુ.ની મુલાકાત લીધી હતી. (પુ. ગોસ્વામીજી વડોદરા અને અનેક શહેરોમાં વસેલા પુષ્ટી ભક્તીમાર્ગ શષ્ટપીઠના કુલપતી છે અને અનેક સમાજસેવા કાર્યોમાં જોડાયા છે. યુવા વર્ગને તે સતત પ્રેરણાદાઈ રહ્યા છે)

if they have initial signs of COPD, Welcare Hospital has organised a special Spirometry Check up at reduced rates [P 8].

Different Ages

Medical and Surgical Treatment for different ages is far different. Welcare as a hospital is geared to provide super speciality orthopaedic

treatments for infants as well as patients who have crossed the 100 year mark.

This issue focuses on treating very old patients, called Geriatric patients in medical parlance. Stem Cell Therapy is usually for young patients. In future issues we will present special treatments for very young children and infants.

Spirometry

Spirometry is a simple test used to assess how well your lungs work by measuring how much air you inhale, how much you exhale and how quickly you exhale. Spirometry is used to diagnose asthma, chronic obstructive pulmonary disease (COPD) and other conditions that affect breathing. People addicted to smoking must get this test done to check how badly their lungs have been affected. The patient breathes forcefully into a tube and the spirometry equipment shows the results. It is quick, easy and very useful.



Every person above the age of 40 should undergo spirometry every 3 years, Smokers should undergo spirometry every year.

શું તમે જાણો છો કે જેરીયાટ્રીક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ એટલે શું?

નાના બાળકોની જેમ વૃદ્ધો માટે પણ સારવાર પ્રણાલી જુદી હોય છે, જેમાં વેલકેર હોસ્પિટલ અગ્રણી રહ્યું છે

જેરિયાટ્રીક મેડિસીન

એટલે વૃદ્ધો ની સારવારનું તબીબી વિજ્ઞાન.

ઉંમર લાયક લોકોની વધતી સંખ્યા

૧૯૪૭ માં આપણો દેશ આઝાદ થયો, તે સમયે દેશના લોકોનું સરેરાશ આયુષ્ય ૩૨ વર્ષ હતું. આઝાદીના સમયે સમાજની આર્થિક તેમજ સામાજિક પરિસ્થિતિ ખુબજ નબળી હતી. આજે આઝાદીને ૭૦ વર્ષ થઈ ચુક્યા છે. આજની પરિસ્થિતિ તદ્દન અલગ છે. લોકોની આર્થિક સ્થિતિ મજબુત બની છે. આજના અત્યાધુનિક યુગમાં સમાજની આયુષ્ય મર્યાદા ઘણી વધી છે.

વર્લ્ડહેલ્થ ઓર્ગેનાઈઝેશન ના ૨૦૧૫ના સર્વે મુજબ ભારતના લોકોનું સરેરાશ આયુષ્ય ૭૦ વર્ષ જેટલું છે. લોકો પોતાના સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે વધુ કાળજી લેતા થયા છે. ભારતમાં વૃદ્ધોની સંખ્યા વધી છે. એક સર્વે મુજબ હાલના સમયમાં આપણા દેશમાં દસ કરોડ થી વધુ વૃદ્ધ લોકો છે. સાથે અતિ વૃદ્ધ (૮૦ વર્ષથી વધુ) ઉંમરના લોકોની સંખ્યા વધી રહી છે.

આજના સમયના વૃદ્ધો ઉંમરથી ભલે વૃદ્ધ હોય પણ વિચારોથી હમેશા યુવાન રહે છે. આજના સમયના વૃદ્ધો કોઈકનો સહારો લેવાની જગ્યાએ બીજાનો ટેકો બનવાનું વધારે પસંદ કરતા હોય છે.

આજના વૃદ્ધો બીજાના સહારે જીવવા માંગતા નથી. થોડા વર્ષો પહેલા એમ કહેવાતું કે ભાઈ આ ઉંમરે હાડકું ભાંગશે ને તો સંધાશે નહિ ! આ વાક્ય મોઢે મોઢે પ્રચલિત હતું. પરંતુ હવે એવું નથી રહ્યું, આજે વૃદ્ધોને લગતા રોગો અને તેમાં પણ તેમના હાડકાને લગતા રોગોનો ઈલાજ સંપૂર્ણતઃ સફળ બન્યો છે. વૃદ્ધ વ્યક્તિ ફક્ત મોટી ઉંમરના

વ્યક્તિ હોય છે એટલુજ નથી હોતું, પરંતુ વૃદ્ધ વ્યક્તિના હાડકા બીજા નાની ઉંમરના વ્યક્તિ કરતા ઘણા પોચા પડી ગયેલા હોય છે. વૃદ્ધ વ્યક્તિના શરીરમાં ઉંમર મુજબ ઘણા પરિવર્તનો આવ્યા હોય છે. તેમની સારવાર માટે એક અનુભવી નિષ્ણાત સર્જનની જરૂર હોય છે, કે જેને વૃદ્ધને લગતા તબીબી વિજ્ઞાન વિશે પુરતું જ્ઞાન હોય અને આ રીતના ઓપરેશનો વેલકેર હોસ્પિટલમાં અવાર નવાર સફળતા પૂર્વક થતા હોય છે.

વેલકેર હોસ્પિટલનાં ઓર્થોપેડિક સર્જન ડૉ ભરત મોદી અને તેમની ટીમ વૃદ્ધ વ્યક્તિઓના હાડકા અને સાંધાને લગતા ઓપરેશનોમાં ખૂબજ સફળ રહી છે. આ ટીમે સેકડો વૃદ્ધ અને અતિ વૃદ્ધ દર્દીઓના સાંધા તેમજ ભાંગેલા હાડકાનો ઓપરેશન દ્વારા સફળ ઈલાજ કરી દર્દીઓને ફરી સ્વનિર્ભર કરવામાં મદદરૂપ રહી છે.

વેલકેર હોસ્પિટલમાં થતી જેરીયાટ્રીક ઓર્થોપેડિક સર્જરીનો પાયો છે વેલકેરના અત્યાધુનિક ઓપરેશન થિએટર અને સાધનો.

સફળ સારવારનું બીજું કારણ છે વેલકેરનો સ્ટાફ દર્દીઓને પોતાના પરિવારના સભ્યની જેમ સાચવે છે, જે લાગણીશીલ વૃદ્ધ દર્દીઓમાટે ખૂબ મહત્વ રાખે છે.

૭૫ વર્ષથી વધુ ઉંમરના દર્દીની સારવાર જો જુવાન દર્દીની જેમજ કરવામાં આવે તો દર્દીની સારવાર પુરી રીતે સફળ થતી નથી. આ જાણકારી ન હોવાથી સામાન્ય લોકો વૃદ્ધોની સારવાર જેરિયાટ્રીક નિષ્ણાતો પાસે કરાવાને બદલે ગમે તે ડોક્ટર પાસે સારવાર કરાવે છે.



શ્રીમતી હમીદાબાઈ
પીરઝાદાએ ૧૦૧ વર્ષની
ઉંમરે વેલકેરમાં થાપાની
સર્જરી કરાવી. કરાવી

.....

હમીદાબાઈ પોતાના પરિવાર ચાર છોકરા અને ચાર પુત્રવધુઓની સાથે ખુશીથી જીવન જીવી રહ્યા હતા,. ૧૦૧ વર્ષની ઉંમર અને વધુ ઉંમરના કારણે તેમના થાપામાં ઘસારો આવ્યો હતો. હમીદાબાઈની ચાર ચાર પુત્રવધુઓ હતી અને તેમની સારી રીતે સેવા ચાકરી પણ કરી રહી હતી, છતાં તેઓને આ બેઠાળુ જીવન જોઈતું ન હતું. હમીદાબાઈએ ૧૦૧ વર્ષની ઉંમરે વેલકેર હોસ્પિટલમાં ડો. ભરત મોદી પાસે થાપાની સર્જરી કરાવી અને પોતાનું બેઠાળુ જીવન દુર કર્યું. હમીદાબાઈ મજાકિયા... ટહુકામાં ડો મોદીને જણાવે છે કે 'ડો. સાહબ મેં ઈસ ઉમ્ર મેં ભી અપની બહુઓ પે નિગરાની રખના ચાહતી હું... કી વો ઘર-પરિવાર તો અચ્છે સે ચલાતી હૈ ના !' તે પ્રસંગે ડો. મોદી અને હમીદાબાઈનો પરિવાર હસી પડ્યા હતા.



૧૦૭ વર્ષીય સ્વામી શ્રી અદ્વૈતાનંદજી

અલ્હાબાદના ૧૦૭ વર્ષીય સ્વામી શ્રી અદ્વૈતાનંદજી વેલકેરના આંગણે.....

અલ્હાબાદના વતની સ્વામીજી શ્રી અદ્વૈતાનંદજીઘણા સમયથી ઘૂંટણની સમસ્યાથી પીડાતા હતા. ઉત્તરપ્રદેશમાં ઘણી જગ્યાએ બતાવ્યું, દરેક હોસ્પિટલના ડોક્ટરે કહ્યું આ સમસ્યાનો કોઈ હલ નથી, આનું મુખ્ય કારણ હતું સ્વામીજીની ૧૦૭ વર્ષની ઉંમર. ડોક્ટરોને ભય હતો કે શું સ્વામીજી આ ઉંમરે તેમના શરીર ઉપર થનારી શૈલ્યક્રિયા સહન કરી શકશે? તદ્દુપરાંત ત્યાના ડોક્ટરો પાસે આટલી મોટી વયના વૃદ્ધ (Geriatric) વ્યક્તિના ઓપરેશન વિષે અનુભવ પણ હોવો જરૂરી હતો. સ્વામીજી અને તેમના ભક્તો ચિંતિત

હતા, કે આ સમસ્યાનો ઉકેલ કેવી રીતે લાવીશું? એવામાં સ્વામીજીના કેટલાક ભક્તો કે જે સુરતના વતની હતા જેઓ ડો. ભરત મોદી અને વેલકેર હોસ્પિટલ વિષે જાણતા હતા કે ત્યાં આ પ્રકારના મોટીવયના(૮૦ વર્ષથી વધુ) ઉંમરના લોકોના પણ ઓપરેશન થાય છે.. તેઓ સ્વામીજીને અલ્હાબાદથી વડોદરાની વેલકેર હોસ્પિટલમાં લાવ્યા.ડો. ભરત મોદીએ સ્વામીજીના બંને પગના ઘૂંટણનું ઓપરેશન કર્યું અને તેમને ચાલતા કર્યા, તેમના ભક્તોમાં પણ શ્રી. સ્વામી અદ્વૈતાનંદજી ડો. મોદી અને તેમની ટીમને આશિરવચન આપી ખુશીથી પોતાના વતન અલ્હાબાદ પાછા ફર્યા.

૯૬વર્ષના શાંતાબેન પટેલની વાત.....

તાજેતરના સમયનોજ પ્રસંગ વર્ણવીએ તો ૯૬ વર્ષના શાંતાબા રોજીંદી ક્રિયા પ્રમાણે પોતાના ઘરના વાડામાં આરામ ખુરશી માં બેઠા હતા. એવામાં શાંતાબાની નજર ઘરમાં



પ્રવેશી રહેલા મહેમાનો પર પડી, અને તેમને આવકારવા ઉભા થયા. શાંતાબા બેજ ડગલા ચાલ્યા કે અચાનક તેમના થાપામાં થોડો ઝાટકો લાગ્યો અને તે ત્યાજ ચીસ પાડીને ઢળી પડ્યા. પરિવારજનોને લાગ્યું કે કઈક તો દુર્ઘટના ઘટી છે અને તેમને તાત્કાલિક વેલકેર હોસ્પિટલના ઈમરજન્સી ડીપાર્ટમેન્ટમાં લઈ આવ્યા. એક્સ-રે તેમજ ડોક્ટરની તપાસમાં બહાર આવ્યું કે શાંતાબા નું ડાબા પગના થાપાનું હાડકું તૂટી ગયું છે. વેલકેર હોસ્પિટલ દ્વારા જણાવામાં આવ્યું કે ઓપરેશન દ્વારા આ સમસ્યા દુર થઈ શકે છે. અનિલભાઈ પટેલ કે જેઓ શાન્તાબાના પુત્ર અને ઉયોગપતિ છે, તેઓ પેહલા પણ આ રીતની પરિસ્થિતિનો સામનો કરી ચુક્યા છે. પેહલા પણ ૯૪ વર્ષની ઉંમરે શાન્તાબાને જમણા પગના થાપાનું હાડકું તૂટી ગયું હતું અને તે સમયે વેલકેર હોસ્પિટલમાં ઓપરેશન દ્વારા આ સમસ્યા દુર કરાઈ હતી. તે સમયે શાંતાબા ના પુત્ર અનિલભાઈ અને નીતાબેનને એવું લાગ્યું હતું કે શાંતાબા આ પ્રકારનું ઓપરેશન સહન નહિ કરી શકે અને કાઈક અનર્થ ઘટના ઘટશે, આમ વિચારી ઘણા ચિંતિત હતા, પરંતુ વેલકેર હોસ્પિટલના અનુભવી સર્જન ડો. ભરત મોદીની સુજબુજ અને આ પ્રકારના ઓપરેશનોની નિપુણતાથી તેમનું ઓપરેશન સફળ રહ્યું અને તે હરતા ફરતા થઈ ગયા. આજે પણ આજ રીતના ઓપરેશનથી શાંતા બા ઘરે પાછા ફર્યા છે અને આજે વેલકેર હોસ્પિટલ તેમજ તેમનો પરિવાર અનિલભાઈ પટેલ અને નીતાબેન પટેલ શાન્તાબાને ૧૦૦ વર્ષના અણનમ ખિલાડી તરીકે જોવા ઈચ્છુક છે.

સી.ઓ.પી.ડી. - એને સમજો તો તેને જીતો, ધ્યાન ના આપો તો હારો

ફેફસા રોગ નિષ્ણાત ડૉ આશિષ છત્રાવલા લાંબો સમય ચાલતી આ બીમારી વિશે અગત્યની માહિતી આપે છે

સી.ઓ.પી.ડી. શું છે ?

સી.ઓ.પી.ડી. એટલે ક્રોનિક ઓબ્સ્ટ્રક્ટિવ પલ્મનરી ડિસીઝ. **ક્રોનિક:** એ લાંબાગાળાનું હોય છે અને જતું નથી. **ઓબ્સ્ટ્રક્ટિવ:** ફેફસાંમાંથી વાયુનો પ્રવાહ આંશિક રૂપે અવરૂદ્ધ હોય છે. **પલ્મોનરી:** એટલે ફેફસાં ડિસીઝ: એટલે બીમારી.

સી.ઓ.પી.ડી. ફેફસાંનો ગંભીર રોગ છે જેમાં શ્વાસ લેવો મુશ્કેલ બને છે. તે સમય જતાં ધીમે-ધીમે વણસે છે. સી.ઓ.પી.ડી. મટી તો શકતો નથી, પણ સારા સમાચાર છે કે તેની સારવાર કરી શકાય છે. વયસ્કોને સી.ઓ.પી.ડી. થાય છે, બાળકોને નહીં.

શું એ ચેપી રોગ છે ?

તમને બીજાની મારફત સી.ઓ.પી.ડી. થઈ શકતો નથી.

સી.ઓ.પી.ડી. થવાનું કારણ શું છે?

સૌથી મોટું કારણ છે સિગરેટનો ધુમાડો. આનુવાંશિક અને પર્યાવર્ણીય કારણોને લીધે પણ સી.ઓ.પી.ડી. થઈ શકે છે. દા.ત. કાર્યસ્થળ પર ધૂળ, રસાયણ અને વાયુ પ્રદૂષણ વગેરે.

સી.ઓ.પી.ડી.નું નિદાન

હાંફ ચઢવો, ઉધરસ, ચીકણો કફ કે જે જતો ન હોય એ સી.ઓ.પી.ડી. ના સામાન્ય લક્ષણો છે. નિદાન સ્પાઈરોમીટરી નામની શ્વસન તપાસથી નિદાન થાય છે, જે દર્દીના વાયુમાર્ગોનો અવરોધ માપે છે.

સી.ઓ.પી.ડી. ની સારવાર

ધૂમ્રપાનકર્તામાં પહેલી અને અતિ મહત્વપૂર્ણ સારવાર ધૂમ્રપાન રોકવું છે.

સી.ઓ.પી.ડી.ની દવાઓ આવી રીતે કામ કરે છે.

- વાયુનલિકાઓને બ્રૉકોડાયલેટર્સ નામક દવા પહોળી કરે છે
- વાયુનલિકાઓના અંદરના સોજાને



ઘટાડે, શ્વસન ક્રિયા સહેલાઈથી થાય

- સી.ઓ.પી.ડી.ના મોટા ભાગને કેસમાં સંક્રમણ (ચેપ) હોય છે. તે માટે એન્ટીબાયોટિક્સ અપાય છે.

સી.ઓ.પી.ડી.ના દર્દીઓને સલાહ

સી.ઓ.પી.ડી. ના લક્ષણોને કાબુંમાં રાખવા દર્દીઓએ તેમની દવા દરરોજ નિયમિત રીતે લેવી જરૂરી હોય છે. આ દવાઓમાંની મોટાભાગની દવાઓ શ્વસન દ્વારા લેવા માટે (નેબ્યુલાઈઝર અથવા ઈન્હેલર્સ) ઉપલબ્ધ હોય છે.

સી.ઓ.પી.ડી. ને લીધે રક્તમાં ઓક્સિજનનું સ્તર નીચે પણ જઈ શકે છે. જો આવું થાય તો તેને સુધારવા પૂરક પ્રમાણમાં ઓક્સિજન લેવાનું સૂચવવામાં આવશે.

સાથે જ, પલ્મોનરી રીહેબિલિટેશન પ્રોગ્રામ્સ પણ હોય છે જે શ્વાસની સમસ્યાવાળા લોકો માટે વ્યાયામનું શિક્ષણ અને રોજબરોજ લેવા યોગ્ય તકેદારીની માહિતી આપે છે.

સી.ઓ.પી.ડી. મટે છે ખરું ?

લક્ષણો સમય સાથે બદલાઈ શકે છે, પણ સી.ઓ.પી.ડી.નો રોગ ફેફસાંમાં રહેજ છે. પણ જો દર્દી ધૂમ્રપાન કરવાનું છોડી દે અને નિયમિત રૂપે દવાઓ લે તો સી.ઓ.પી.ડી. ના લક્ષણોમાં કેટલીક વાર સુધારો આવે છે. એવા દર્દી સાથે સાથે પલ્મોનરી રીહેબિલિટેશનમાં ભાગ લઈને વધુ સુધારો કરી શકે છે. હાંફ ચઢવો અને થાક લાગવો એ ક્યારેય સંપૂર્ણપણે મટતાં નથી. દર્દીઓ પોતાની સ્થિતિને ઠીક કેવી રીતે કરવું તે જાણી શકે છે અને પરિપૂર્ણ જીવન જીવવાનું ચાલુ રાખી શકે છે.

સી.ઓ.પી.ડી. સાથે જીવવું

જો તમે ધૂમ્રપાનકર્તા છો, તો ધૂમ્રપાન છોડી દો. તે તમારા ફેફસાંની મદદ કરવા માટેની સૌથી મહત્વપૂર્ણ વસ્તુ છે. તમારા ડૉક્ટરે જે રીતે તમને દવાઓ લેવાની કહી છે તદ્દન એ રીતે જ તમારી દવાઓ લો.

તમારા ઘરને સ્વચ્છ હવાદાર રાખવાનો પ્રયત્ન કરો. ધુમાડો અને કોઈપણ પ્રકારના ધૂમ્ર અને ઉત્કટ વાસથી દૂર રહો, શરીરને બને તેટલું સ્વસ્થ રાખો.

જો શ્વાસ લેવું મુશ્કેલ બને તો તે ઈમર્જન્સી હોઈ શકે છે. તમારા ડૉક્ટરની પાસે અથવા સીધા જ હોસ્પિટલમાં જાઓ.



ડૉ આશિષ
છત્રાવલા
એપોઇન્ટમેન્ટ
૦૨૬૫ -
૨૩૩૭૧૭૨

Stem Cell Therapy for young AVN patients

A new hope for young patients suffering from Avascular Necrosis [AVN] of Head of Femur

AVN is frequently seen in young patients. A Total Hip Replacement [THR] surgery remains the best treatment if the patient presents in the late stage.



Left: The arrow shows the necrotic [dead] part of the head of the femur [thigh bone]. Right: The same part 'cured' by stem cell therapy!

patient's weight and it collapses. The patient suffers agonising pain in the groin and limps. The range of movements of the hip joint is restricted. A total hip re-



placement surgery.

If detected early by MRI scans, it is possible to implant stem cells in the diseased part of the head of the femur and cure it. The patient's pain and limp disappear. The natural joint is preserved. After full recovery such patients can run or jump and participate in sports. Stem cells are harvested from the patient's own hip bone by aspiration and is concentrated by a special process.

What are Stem Cells

Stem cells are primitive, unspecialized, immature cells. They are found in the bone marrow. They have two key properties

- They can divide indefinitely
- They can transform themselves

Thus stem cells represent the ultimate source of self-renewal and regeneration. They are like our 'biological self repair equipment'.

If these cells are injected into the area of AVN, the dead bone is replaced by living bone cells, which gradually form new healthy bone.

Harvesting Stem Cells

Bone marrow is taken out of the patient's hip bones. It is processed to concentrate it. This concentrate has a large number of stem cells. It is injected into the head of the femur after dead bone removal via a minor surgery which leaves a small scar. Recovery is like any minor surgery.

Change

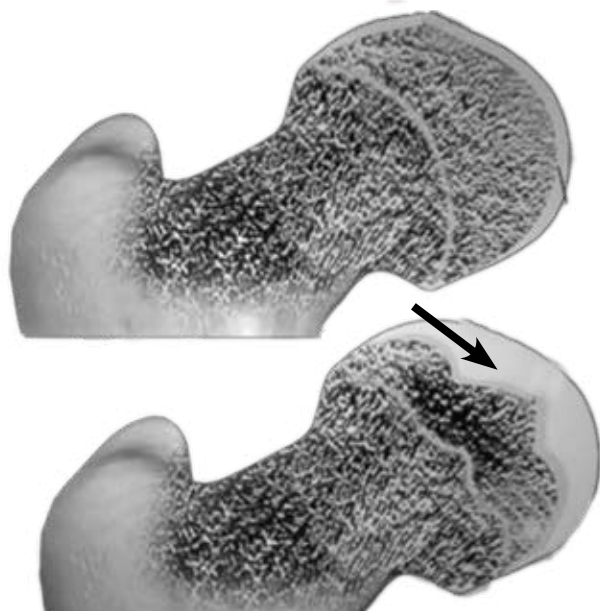
The stem cells inserted inside the head of the femur change into bone cells [called osteoblasts] in a few

Sometimes young people need to undergo Total Hip Replacement [THR] because they suffer from a condition called Avascular Necrosis [AVN] of the head of femur [thigh bone]. But Stem Cell and PRP therapy by bone marrow and blood concentrate grafting offer an alternative minor surgical treatment for such patients. But; the disease must be caught early by MRI imaging. Dr Bharat Mody, who has treated many young AVN patients with Stem Cells and PRP from their own bone marrow and blood, explains these novel therapies. In the future it is likely that more and more medical and surgical conditions may be treated thus.

weeks. They multiply and slowly make the head of femur healthy and functional. It regains the strength to bear the weight of the body and permits the patient to walk without pain or a limp. Most important, the patient retains the native natural joint. He or she can live an almost normal pain free life.

PRP Surgery

Another promising method to treat AVN is injection of Platelet Rich Plasma [PRP] into the bone. It stimulates growth of bone cells via powerful Growth Factors which stimulate growth and regeneration of bone tissues. PRP are isolated from the patient's own blood. Both the above treatments promise fewer surgeries in future.



Above: Cut section of head of the femur. Below: Cut section of necrosed bone. Causes pain and needs surgery.

What is AVN?

AVN means the head of the femur receives less blood supply and suffers cell death [necrosis]. Eventually the head of the femur weakens and is unable to bear the

placement surgery although ideal, imposes restrictions on a young patient's lifestyle. A newer therapy of using stem cells from the patient's own bone marrow has been offering therapy without total hip

વેલકેર હોસ્પિટલ ઘોષણા કરી રહ્યું છે કે

દર મહિનાના ઘોષિત શનિવારને સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ તરીકે ઉજવાશે

Welcare Hospital



વિનામુલ્યે સેવાઓ: હાડકા અને સાંધાના રોગોનું ચેકઅપ, એક્સ-રે તપાસ અને જનરલ મેડિસીન રોગોની તપાસ. વહેલા તે પહેલા ઘોરણે રજીસ્ટ્રેશન. એપોઇન્ટમેન્ટ વગર વિનામુલ્યે તપાસ થઈ શકશે નહીં. ફોન -૦૨૬૫ ૨૩૩૭૧૭૨ સરનામું : વેલકેર હોસ્પિટલ, અટલાદરા વડસર રોડ, વડોદરા.

આગળના સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસો

૪ નવેમ્બર
૨૦૧૭

૨ ડિસેમ્બર
૨૦૧૭

સ્વાસ્થ્ય બુધવાર - વિનામુલ્યે ફિઝિશિયન દ્વારા તપાસ
વેલકેર ટુડે માં અસ્થમા વિશે લેખ વાંચી અનેક દર્દીઓએ બુધવારે વિનામુલ્યે તપાસનો લાભ લીધો



સિગારેટ અથવા બીડી ની લત છે ?

વેલકેર હોસ્પિટલમાં રાહત દરે સ્પાયરોમેટ્રી તપાસ કરાવો અને પોતાના ફેફસાની હાલત જાણો

સી.ઓ.પી.ડી. તેમજ અસ્થમાના દર્દીઓ સાથે કાયમ સિગારેટ - બીડી પીતી વ્યક્તિઓએ સ્પાયરોમેટ્રી તપાસ જરૂરથી કરાવી લેવી જોઈએ. સતત ધુમાડાથી ફેફસાની શ્વાસનલિકા સાંકડી થયી હોય તે માટે સમયસર સારવાર લઈ શકો.

કાયમ માટે તમાકુ છોડો તે બધા માટે સલાહ ભર્યું છે

રજીસ્ટ્રેશન આવશ્યક. ફોન - ૦૨૬૫ - ૨૩૩૭૧૭૨ (સવારે ૯ થી ૧૨)

Book Post

To

If undeliverable, please return to
The Editor, Welcare Today
Welcare Hospital
Atladara-Vadsar Ring Road, Atladara,
Vadodara-390012 [Gujarat]
☎ - 0265 2337172
www.welcarehospital.co.in

Edited, Printed & Published by Dr Harshida B Mody

Welcare Hospital, Atladara-Vadsar Ring Road, Atladara, Vadodara-390012 [Gujarat] ☎ - 0265 2337172
Printed at Print Vision Pvt Ltd, Print Vision House, Opp. Central Bank of India, Ambawadi, Ahmedabad-380006