Welcare TODAY

LIVE RIGHT, LIVE HEALTHY







Contents

The Tradition of Education Continues	[2]
	[3]
Editorial	
Knee Arthroscopy - Dr. Kshitij Mody	[4]
Cosmetology - Dr. Priyanka Rana	[5]
LIFE AFTER COVID - Dr. Nikita Desai	[6]
" મારો પગ કપાતા - કપાતા બચ્યો " : મીનાક્ષીબેન શાહ	[7]
આગામી સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ	[8]



ssue No. 3 | Volume No. 6 | Published on 1 July 2021

"મારોપગ કપાતા- કપાતા બચ્યો "

- મીનાક્ષીબેન શાહ



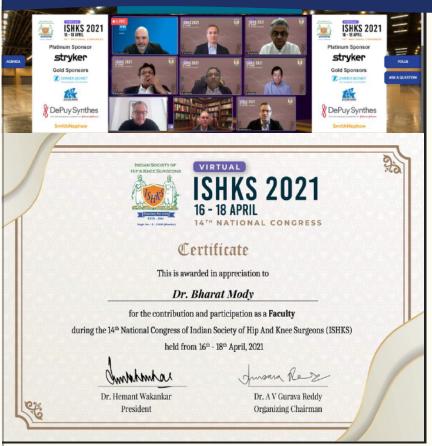
n POST-COVID

પેજનં-૬





The Tradition of Education Continues...



Indian Society of Hip & Knee Surgeons (ISHKS) is the apex body of surgeons in India who are engaged in the specialization of joint replacement surgery. Dr.Mody is one of the founder members of this organization. ISHKS has been instrumental in educating an entire generation of young orthopaedic surgeons, to learn the art and science of joint replacement surgery.

The Covid-19 pandemic has dramatically changed the method of teaching and learning across the world. Having

said that the need to continue high quality teaching is paramount to maintaining the standards of healthcare delivery for the next generation doctors and patients alike. ISHKS had organized its 14th annual

congress in the form of a virtual meeting. Dr Bharat Mody was invited and requested to join a gallery of national and international experts to impart training to an audience of more than 1000 orthopaedic surgeons.

One of the serious risks of joint replacement surgery is the complication of blood clots forming in the legs after the surgery. There are many treatment options now available in the world to minimize this risk. Dr Mody is considered a national expert on this subject. He was invited by the multinational company Pfizer to chair a session on the prevention of venous thromboembolism in which other experts participated. A national audience of more than 700 orthopaedic surgeons benefited from this seminar.



Welcare TODAY

Editorial Board

Editor

Dr. Harshida Mody Editorial Team Dr. Meena Sheth Shri Ajitbhai Kapadia Dr. Bibhas Shah Dr. Kshitij Mody

Contact Us

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

તબીબી સલાહ માટે અમારો સંપર્ક જરૂર કરો

 ${f communication} @ {f welcarehospital.co.in}$

શું કોઈ બીમારી માટે કઈ સારવાર લેવી તેની મુંઝવણમાં છો ? વેલકેરના નિષ્ણાત તબીબોની ની:શુલ્ક સચોટ સલાહ માટે ઈમેલ કરો.



Welcare Hospital

Gujarat's Hospital for Special Surgeries
Atladara-Vadsar Ring Road,
Atladara, Vadodara-390012
[Gujarat]

3 - 0265 2337172

J- 0265 233/1/2 www.welcarehospital.co.in

Appointments
9:00 AM to 6:00 PM
9327435570
9328921614

Editorial

Dear Friends,

At long last it seems that our society is relieved of the unbearable stress and tragedy of Covid-19 pandemic. Let us remain alert so that we do not get caught out by a third wave! Even if the Corona virus might have departed from the scene, the after



effects of the lung damage has not. Welcare Hospital has started a special program to help the society build the strength of their pulmonary system (lungs) so that the after effects are removed, and the body is more prepared to fight future attacks. (page no: 6)

Arthroscopy:

The recent nightmare of Covid-19 infective atmosphere has made patients worry about hospital admission for non-covid-19 treatment. In such a situation, arthroscopy is a fantastic technique which allows patients to get their problems solved without prolonged stay in the hospital. Welcare Hospital has achieved international fame for high quality arthroscopic treatment of the knee and other joints such as the shoulder, ankle, etc. This tradition of high-quality surgical skill established by Dr Bharat Mody is now being continued by the next generation surgeon Dr Kshitij Mody. (page no: 4)

Cosmetology:

In the present day society, one's appearance is a powerful tool of communication in business and personal life spheres. Modern day Cosmetology offers safe and effective procedures with astounding results. Welcare Hospital has the pleasure of introducing a Cosmetology Program under the able leadership of Dr Priyanka Rana (page no: 5).

Lastly, Welcare Team always finds its true satisfaction and purpose when we are instrumental in helping a patient in extreme trouble. Smt. Minaxi Shah was one such person! (page: 7)

We hope you enjoy reading this issue of Welcare Today and request you to continue being alert and follow Covid appropriate behavior. Keep Safe!

- Dr. Harshida Mody

KNEE ARTHROSCOPY MINIMALLY INVASIVE, MAXIMALLY EFFECTIVE!



01) What Is Knee Arthroscopy?

Knee arthroscopy is a modern surgical technique that can diagnose and treat problems in the knee joint. During the procedure, your surgeon will make a very small incision and insert a tiny camera — called an arthroscope — into your knee. This allows them to view the inside of the joint on a screen. The surgeon can then investigate a problem with the knee and, if necessary, correct the issue using small instruments within the arthroscope.

Why Do I Need Knee Arthroscopy?

Your doctor may recommend that you undergo a knee arthroscopy if you're experiencing knee pain. An arthroscopy is a useful way for doctors to confirm the source of knee pain and treat the problem.

It can diagnose and treat knee injuries, including:

- ▶ early knee osteoarthritis
- ▶ torn anterior or posterior cruciate ligaments
- ▶ torn meniscus (the cartilage between the bones in the knee)
- ▶ patella (knee cap) that is out of position
- ▶ pieces of torn cartilage that are loose in the joint
- removal of a Baker's cyst
- fractures in the knee bones

What Happens During a Knee Arthroscopy?

Your doctor will give you an anaesthetic before your knee arthroscopy.

Most often, the patient is awake and can interact with the surgeon during the procedure.

The surgeon will begin by making a few small incisions, or tiny cuts, in your knee. Sterile salt water, or saline, will be then pump in to expand your knee. This makes it easier for the surgeon to see inside the joint. The arthroscope enters one of the cuts and the surgeon will look around in your joint using the attached camera. The surgeon can see the images produced by the camera on the monitor in the operating room.

When the surgeon locates the problem in your knee, they may then insert small tools into the incisions to correct the issue. After the surgery, the surgeon closes your cuts with stitches/staples.

What Is Recovery Like After a Knee Arthroscopy?

This surgery is minimally invasive. For most people, the procedure takes less than an hour depending on the specific procedure. You will likely go home on the same day or next day for recovery.

At home, you should minimise activity for the first day. Try to keep your leg elevated and put ice on it for a day or two to reduce swelling.

Your doctor will give you an exercise regimen to follow at home to help your knee recover. The exercises are necessary to help restore your full range of motion and to strengthen your muscles. With the proper care, your outlook after having this procedure is excellent.



DR. KSHITIJ MODY

Welcare Hospital's World
-Class Arthroscopy Department,
led by Dr Kshitij Mody and Dr
Bharat Mody, offers expert
diagnoses and treatments for all
types of muscular and skeletal
diseases, conditions and injuries.

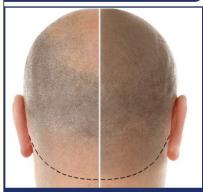
"You are only as good as your tools!" says Dr Kshitij Mody. He further adds, "The success of some surgeries depends on the quality of the instruments and machinery that surgeons have at their disposal. Arthroscopy is a minimally invasive procedure which requires high-end equipment. My team and I are privileged to have access to the world's best arthroscopy equipment here at Welcare and most importantly, our patients reap the benefits of it!"

At Welcare Hospital, the combination of a highly experienced and trained team + world-class technology and equipment gives patients more options for restoring function, managing pain and improving quality of life.

WORLD-CLASS COSMETOLOGY CLINIC, NOW AT WELCARE!



ENHANCEMENT OF EYEBROW



SCALP MICROPIGMENTATION



DARK LIPS -» LIGHT LIPS

Over the last decade, cosmetic procedures have become more common. Minimally invasive procedures have seen an even larger increase than surgical ones.

While some dermatologists focus on medical issues and dangers related to the skin, others choose to concentrate on aesthetic issues and the cosmetic applications of dermatology.

Aesthetic Medicine or Medical Cosmetology includes all medical treatments that are focused on enhancing the physical appearance of patients. It sits in a beautiful little niche in between the beauty industry and plastic surgery.

A qualified cosmetologist can provide a multitude of non-invasive or minimally-invasive procedures which require a high degree of skill, training and medical knowledge of skin, beauty and ageing.

Instead of addressing patient needs, they address patient desires, performing services such as:

- Botulinum toxin (such as botox) injections
- Dermal Fillers
- Laser hair removal / Tattoo
 Removal
- Nonsurgical fat reduction Nonsurgical Face lifts, Brow lifts, Nose-job, Lip-job, Jaw sculpting
- Micropigmentation
- · And many more...

Botox Injections

Injecting botulinum toxin into the skin reduces the appearance of wrinkles. It inhibits the release of acetylcholine, which is responsible for the contraction of facial muscles. Because wrinkles are formed through repetitive contraction of these muscles, the lack of acetylcholine results in temporarily diminishing the appearance of wrinkles.

Dermal Fillers

Dermal fillers are another type of injection aimed at increasing the skin's youthful appearance. A substance is injected into hollows, lines, or wrinkles in the face with an almost immediate volumizing effect. There are several types of fillers -

- Hyaluronic acid fillers
- Synthetic wrinkle fillers
- · Collagen wrinkle fillers
- Autologous wrinkle fillers,
 i.e. fillers made from a
 patient's own fat or blood



Welcare Hospital takes pride in introducing Dr.
Priyanka Rana, a young and dynamic maxillofacial surgeon who has pursued her deep interest in the field of aesthetic medicine for the past 10 years. She has acquired her training in Cosmetology from reputed institutes in Germany and Sweden. She has worked in Bombay, Delhi, Amritsar, Bengaluru and Mysuru with reputed Cosmetologists.

She shall now be offering her services as a senior Cosmetologist at Welcare Hospital. For more information regarding the same, kindly call on

0265 2337172 | 95588 14733

LIFE AFTER COVID

Since the COVID-19 pandemic began, we have been focusing on how to treat and combat the disease process. All our efforts have been aimed towards saving COVID-19 positive patients whilst also preventing further spread of the disease.

After around 16 months of working to curb and combat the pandemic, we have now started to focus on the long term implications of COVID-19.

More recently, scientific data has indicated that some patients continue to experience symptoms related to COVID-19 after the acute phase of infection.

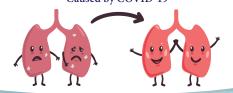
Post-viral fatigue is a fairly common occurrence following any type of viral infection.

After a bout of flu or battling off an Epstein-Barr virus, many people find themselves experiencing persistent fatigue for a few weeks, or even months, after supposed recovery. Unpleasant as this prolonged experience is, most people can expect to make an eventual return to full health.

But for some patients the fog never lifts. Viral illnesses are thought to be one of the primary causes of chronic fatigue syndrome (CFS). This long-term condition is characterised primarily by extreme tiredness, along with brain fog, inability to exercise etc.

Lately, an alarming number of reports from all over the world indicate some patients may develop a "Post-COVID Syndrome" or "Long Covid", in which they experience persistent symptoms after recovering from their initial illness. The syndrome appears to affect those with mild as well as moder-

REVERSE THE LUNG DAMAGE
Caused by COVID-19



Welcare Hospital

Introduces for the first time in Gujarat

The PACER Program

(Post Acute COVID Exercise Rehabilitation)

Dr. NIKITA DESAI M.P.T (Cardio Respiratory) M.I.A.P (Post COVID Rehabilitation Specialist)

ate-to-severe disease.

Following the worldwide spread of Covid-19, around one in ten recovered patients are experiencing post-COVID symptoms like these at least three months later, according to the UK Office for National

Call on
9909911065 for a
FREE
Consultation

JOIN NOW TO:

- Improve lung capacity.
- Avoid long term POST-COVID complications.
- Strengthen respiratory muscles.
- Improve quality of LIFE.

Statistics. Many media reports and online support groups feature personal accounts of illness which carries on for much longer.

"In post-COVID syndrome, the fatigue doesn't resolve for three months or more and has a significant effect on what you can do – you can't get back to work or normal life."

"Because the symptoms of post-COVID syndrome are diverse and because this condition is so unique, we've created the PACER Program (Post Acute COVID Exercise Rehabilitation program) dedicated to helping people manage post-COVID syndrome," Dr.Kshitij adds. "This program is spearheaded by our Cardio-Pulmonary Rehabilitation Specialist, Dr Nikita Desai. Her higher studies have trained her specifically for such clinical conditions. Dr Nikita specialises in the prevention and management of chronic respiratory conditions."

Welcare Hospital's COVID-19 Recovery Clinic is focused on patients who may have recovered from Covid-19 but still feel like they haven't gone back to their normal selves.

With the help of modern technology, highly advanced equipment and an experienced team of specialists, we provide rehabilitative services and guidance to our patients for them to get back to their pre-pandemic routines in no time!

"મારો પગ કપાતા- કપાતા બચ્યો " : મીનાક્ષીબેન શાહ



"ઓપરેશન કરાવ્યા બાદ મીનાક્ષીબેનને સારું થઈ જશે તેવી ખાત્રી આપતા અમારો વિશ્વાસ વધી ગયો." -પુત્રહિતેશશાહ

"૭૬ વર્ષની ઉંમર... ભારે વજનદાર શરીર....એક જ ઘુંટણમાં બે-બે વખતના ફેલ થયેલા ઓપરેશન અને પડી જતાં ઈજા થઈ તેમાં જ ઇન્ફેકશન થવું....પરિણામે પગ કપાવવાની તૈયારીનો અણસાર....આટલું પુરતું ના હોય તેમ કોરોના મહામારીના તાંડવને કારણે લોકડાઉનથી બંધને લઇ જરૂરી તમામ સેવાઓ ઉપલબ્ધ ના હોવી.... આવી વિપરીત પરિસ્થિતિઓ હોવા છતાં કિસ્મત જોગ વેલકેર હોસ્પીટલમાં ડો.ભરત મોદી અને ડૉ.િક્ષિતિજ મોદીની ટ્રીટમેન્ટ મળી જતાં આજે હું વોકરના સહારે ચાલી શકું છું તેનો મને ખરેખર સંતોષ અને આનંદ છે."

આ શબ્દો કરજણ તાલુકાના કાછિયાપુરા ગામના મીનાક્ષીબેન શાહના છે. તેમનું કહેવું છે કે "આજથી પાંચે'ક વર્ષ પહેલાં ઘુંટણની સર્જરી કરાવવી જરૂરી લાગતા અમે અમદાવાદ ઓપરેશન કરાવ્યું હતું. પગમાં જ્યાં ઓપરેશન કરાવ્યું હતું તે ઘુંટણનો ભાગ વારંવાર ખસી જતો હોવાથી બીજી વખત ઓપરેશન કરાવવું પક્ષું હતું. તેમ છતાં સંતોષકારક રિઝલ્ટ મળ્યું ન હતું. દરમ્યાન ગત દિવાળીના દિવસોમાં ઘરે અચાનક પડી જતાં ઓપરેશન કરાવ્યું હતું તે પગમાં જ ઇજા થતાં ઘણું વધારે નુકશાન થયું હતું. તેમાં ઇન્ફ્રેકશન થઈ જતાં હાલત એટલી હદે ખરાબ હતી કે હવે ફરીથી હું જાતે ચાલી શકીશ નહીં અને પગ કપાવવો પડે તેવું લાગતું હતું. પણ મારી આ માન્યતા વેલકેર હોસ્પિટલની ટીટમેન્ટ પછી ખોટી સાબિત થઈ.

પોતાની માતાને પગની તકલીફમાંથી રાહત જણાતા તેમના પુત્ર હિતેશભાઇ શાહ કહે છે કે સાચું કહું તો હવે અમારા જીવને સૌથી વધારે ઠંડક અને માનસિક શાંતિ થઈ છે. મમ્મીની હાલત જોતાં અમે એક સમયે એમ માની લીધુ હતું કે હવે તેઓ જીવનમાં ક્યારે'ય જાતે ચાલી શકશે નહીં. ઘુંટણનું ઓપરેશન કરાવ્યા પહેલા મમ્મીને જે સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડ્યો હતો તે જોતાં આજે તેમને વોકરની મદદથી ચાલતા જોઈએ છીએ ત્યારે ખુશીનું વર્શન શબ્દોમાં કરવું મુશ્કેલ છે.

ઇન્ફેકશન સતત વધી રહ્યું હતું જેથી ઓપરેશન કરાવવું અત્યંત જરૂરી હતું. આ સમયમાં અમારા બનેવી કે જેઓએ તેમના ફેમિલી મેમ્બરની અહી વેલકેરમાં આવી મુશ્કેલ લાગતી ટ્રીટમેન્ટ કરાવી હોવાથી અને તેમને અહીનો અનુભવ સારો થયો હોવાથી અમને ડો.ભરત મોદીનો સંપર્ક કરવાનું કહેતા અમે તુરંત અહી એડમિટ થઈ ગયા.

ડો.ભરત મોદી અને ડો. ક્ષિતિજ મોદીને મીનાક્ષીબેનનો પગ કપાવવા અંગેના કોમ્પલીકેશન બાબતે પુછતાં તેઓએ જણાવ્યું કે "આ કેસમાં મલ્ટીપલ પ્રોબ્લેમ હતા જેમ કે અતિભારે શરીર હોવાથી તેમનામાં આઠ સેન્ટીમીટર જેટલો ચરબીનો સ્તર હતો અને ઇન્ફ્રેકશન વધારે પ્રસરી ગયું હોવાથી તેમના હાડકાંમાં સર્જરી દ્વારા કૃત્રિમ સાંધો મુકવો અસંભવ હતું. અને એક વખત સાંધો લગાવી પણ દઈએ તો તે સકસેસ રહેશે તેની કોઈ ગેરંટી ન હતી. કારણ કે તેમના જર્જરિત થઇ ગયેલા હાડકાંમાં આ કુત્રિમ સાંધો ટકી રહે તે મુશ્કેલ લાગતું હતું. હવે સવાલ એ હતો કે એવં તો શં કરી શકાય કે મીનાક્ષીબેન બાકીની જિંદગી પોતાના આ પગ પર ઉભા થઇ ચાલી શકે. આ માટે અમે દુનિયાભરમાં નજર દોડાવતા જર્મનીની લીંક નામની કંપની સાથે ટાઈટેનિયમ નામના સ્પેશ્યલ મટીરીયલથી નિર્મિત પાર્ટ અંગે ચર્ચા કરી હતી. અહી મુશ્કેલી એ હતી કે ભારતીય કરન્સી પ્રમાણે આ પાર્ટની કિમત ઘણી વધારે હતી. તેથી ડો.મોદીએ એક ભારતીય કંપની પાસે આ પાર્ટના સિદ્ધાંત જેવા જ પાર્ટનું મેન્યફેક્ચરિંગ કરાવી મીનાક્ષીબેનના પગમાં ફીટ કર્યો".

આનંદની વાત એ છે કે આ પાર્ટ મીનાક્ષીબેનના પગમાં સફળતાપૂર્વક લાગી ચુક્યો છે અને આજે તેઓ અતિભારે શરીર હોવા છતાં આરામદાયક રીતે હરી-ફરી શકે છે. આમ, ટેકનોલોજીની સાથે રૂઢિગત પ્રણાલીથી અલગ રીતેના દ્રષ્ટિકોણ મુજબ પ્રોબ્લેમને એનલાઈઝ કરી ડો. ભરત મોદી અને ડો.ક્ષિતિજ મોદીની ટીમે અશક્ય લાગતી એક પડકારજનક સર્જરીને પોતાના અનુભવ અને કાબેલીયતના દમ પર આસાન બનાવી દીધી છે. અને મીનાક્ષીબેનના જીવનને ખરા





અર્થમાં માની ના શકાય તેટલું આસાન બનાવી દીધું છે.

અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે સામાન્યરીતે આવી સર્જરીવાળા પેશન્ટને ત્રણ-ચાર દિવસમાં જ રજા આપી દેવામાં આવે છે પણ મીનાક્ષીબેનના કેસમાં તેમના ભારે શરીરને કારણે કોમ્પ્લીકેશન હોવાથી તેઓને હોસ્પીટલમાં થોડું વધારે એડ્સિટ રહેવું પહ્યું....તેમ છતાં તેમને જયારે રજા આપવામાં આવી ત્યારે "આટલા દિવસો ક્યાં જતાં રહ્યા તેની'ય ખબર ના પડી."તેઓનું આ વાક્ય હોસ્પીટલમાં સારવારની સાથે તેમને મળેલા લાગણીસભર પ્રેમાળ હુફની સાબિતી આપે છે.

અંતમાં હિતેશભાઈ કહે છે કે "મમ્મીના આ કેસમાં ઇન્ફ્રેકશન અને ભારે શરીર જેવા કોમ્પ્લીકેશન હોવાથી રિકવરી આવવામાં થોડો સમય વધારે લાગ્યો પણ રિઝલ્ટ સારું મળ્યાનો અમને સંતોષ છે. સાચું કહીએ તો હાડકાંને લગતા કોઈપણ પ્રકારના દર્દી માટે વેલકેર હોસ્પિટલ આજે આશીર્વાદરૂપ બની ચુકી છે. માટે હાડકાંને લગતા દરેક દર્દીઓને અહી જ સારવાર કરાવવાની અમે સલાહ આપીશું".



ઓપરેશન પછી ફિજીયોથેરાપીસ્ટ સાથે..

વેલકેર હોસ્પિટલનો સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ

દર મહિનાના ઘોષિત શનીવારે સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ તરીકે ઉજવાશે

નિ:શુલ્ક સેવાઓ: હાડકાં અને સાંધાના રોગનું ચેકઅપ, એકસ-રે તપાસ અને જનરલ મેડીસીન રોગોની તપાસ, વહેલા તે પહેલાંના ધોરણે રજીસ્ટ્રેશન કરાવો, વેલકર હોસ્પિટલ, અટલાદરા - વડસર રીંગ રોડ, વડોદરા | ફ્રોન- ૦૨૬૫ ૨૩૩૭૧૭૨ આગામી સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ —— ૭ ઑગસ્ટ-૪ સપ્ટેમ્બર ૨૦૨૧

એપોઇન્ટમેન્ટ વગર નિ:શુલ્ક તપાસ થઈ શકશે નહીં









વેલકેર હોસ્પિટલ દ્વારા વર્ષ ૨૦૧૬થી નિયમિતરીતે દર મહીનાના ઘોષિત શનીવારે "સ્વાસ્થ્ય અધિકાર દિવસ"નું આયોજન કરવામાં આવે છે. જેનો અત્યાર સુધી હજ્જારો દર્દીઓ લાભ લઇ ચુક્યા છે. પણ છેલ્લા દોઢ વર્ષથી કોરોના મહામારીને કારણે જાહેર થયેલા લોકડાઉનમાં આ સેવાકાર્ય સ્થગિત કરવાની ફરજ પડી હતી. જે હવે ફરીથી રાબેતા મુજબ શરૂ કરી દેવામાં આવ્યું છે. ડો. ભરત મોદીએ આરંભેલા આ સેવાયજ્ઞને હવે નવી પેઢી એટલે કે તેમના પુત્ર ડો.િક્ષતિજ મોદી ચાલુ રાખવાના સંકલ્પ સાથે આગળ વધારી રહ્યા છે. તો સમગ્ર વડોદરાવાસીઓ અને તેની આસ-પાસના વિસ્તારની જાહેર જનતાને આ સ્વાસ્થ્ય સેવાનો લાભ લેવા અપીલ છે.

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