TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE
Cure with Care

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૨ અંક : ૭ ફેબ્રુઆરી-૨૦૧૪

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

તંત્રી સ્થાનેથી....

પોતાની મેળેજ કોઇપણ સારવાર કે દવા કરવી એ તબીબનો પર્યાય (રીપ્લેસમેન્ટ) હોઇ શકે ?

હોઇ પણ શકે અને ના પણ હોઇ શકે. કોઇપણ સુખી અને નવા-સવા જ જલ્દી પૈસાદાર વ્યકિતઓ આ પ્રકારની જાતેજ પોતાની સારવાર ઘણીવાર કરતા જોવા મળે છે.

આપણા દવાના 'કાઉન્ટર' પર આ પ્રકારની દવાઓ પણ છુટથી મળે છે. તે કોઇપણ માણસને અકળાવનારી હોય છે.

ભારતીય જ નહિ, પરંતુ દરેક સ્તરના લોકો જયારે 'દાદીમાના નુસ્ખા', દેશી દવાઓ અને જાણે કેટલા કેમીકલ શરીરમાં જતાં રહ્યા પછી અને દવાઓની ગોળીઓનું જ્ઞાન જયારે પુરૂ થઇ જાય ત્યારે ઘણીવાર તબીબનો છેલ્લો સહારો લેતા જોવા મળે છે.

આવી સલાહો કોઇપણ ચાર્જ વગર સહેલાઇથી ફ્રીમાં મળતી હોય છે.

ઘણીવાર આપણા પડોશીઓ અને આપણા મિત્રો સહેલાઇથી પેટના દુઃખાવા, માથાના દુઃખાવા કે હૃદયના દુઃખાવા માટે સલાહ આપતા હોય છે.

ઘણીવાર ભારતીય મધ્યમવર્ગી કારણવગર ઉતાવળા સુખી કુટુંબ લાગે છે. આપણને આપણા ઉપર પ્રયોગ કરવા ગમે છે.

કદાચ બહુરાષ્ટ્રીય દવાની કંપનીઓ પણ આપણને 'ગીની પીગ' સમજી દવાના ટ્રાયલ કરતી હોય છે. કુદરતી ભારતીય કુટુંબ એક સુખી 'ગીની પીગ' પરિવાર જેવું તેમના માટે છે. આ માટે બહુરાષ્ટ્રીય કંપનીઓ પોતાના અબજો ડોલરનો ધંધો હિંદુસ્તાનમાં શીફટ કરે છે.

આપણે ઘણીવાર તેની સામે અવાજ પણ ઉઠાવીએ છીએ. પરંતુ બીઝનેશ એક બીઝનેશ છે. ભારતને બીઝનેશની જરૂર છે.

આધુનિક દવાઓએ આપણા પર ત્રણ અસર કરી છે.

(૧) એક એ કે જીવલેણ બીમારી દુર કરવાના પ્રયત્ન કરે છે. મૃત્યુ આંક ઘટાડે છે. અને આપણા આયુષ્યમાં વધારો કરે છે.

(૨) બીજી અસર એ છે કે જલ્દીથી દર્દ દુર કરે છે. અને વીટામીનોથી ભરપુર દવાઓ એક ફીકસ ઇન્ડસ્ટ્રીઝ તરીકે ઉપસી આવે છે. જેમાં લેભાગુ અને જુઠા લોકો પોતાને તબીબ ગણાવી હજારો ગરીબ ભારતીયો સાથે છેતરપીંડી પણ કરે છે.

(૩) આધુનિક પધ્ધતિઓએ આપણા આયુર્વેદ, યુનાની અને વર્ષો જૂની પધ્ધતિઓને લગભગ ધોઇ જ નાખી છે. કે જે માણસ માત્ર માટે સંપૂર્ણ સારવારની પધ્ધતિઓ હતી.

પરંતુ આપણી કમનશીબી પણ હોય છે કે ઘણીવાર આ પશ્ચિમી પધ્ધતીઓ ગમે તેટલી ખરાબ હોય તો પણ આપણને ગમે છે.

અરે આપણી સંયુકત કુટુંબ પ્રથા પણ આ પશ્ચિમી સંસ્કૃતિનો શીકાર બની છે.

આપણા દેશમાં અમુક જગ્યાએ 'હીપ્પી' લોકો કે જેઓ આવીને જતાં રહ્યાં પણ આપણી સંસ્કૃતિને નુકશાન કરતા ગયા, પરંતુ તેમાં સત્યતા હોવાને લીધે નાશ પામી નથી.

આજે પશ્ચિમી જગત પણ હવે આપણી પૂરાણી સંસ્કૃતિ, આયુર્વેદ, યુનાની અને હર્બલ દવાઓથી પ્રભાવિત થયું છે. અત્યારે પશ્ચિમી સંસ્કૃતિ આપણા પુરાણોમાં રહેલી ઘણી બધી વસ્તુઓને ફંફોળી રહ્યું છે.

આપણું 'મન' જ આપણું સ્વામી નથી. જે મન ને કંટ્રોલ કરે છે. તે જ શરીરને મજબુત બનાવે છે. રોગનો પ્રતિકાર કરે છે. અને દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવે છે. આપણા હિન્દુ શાસ્ત્રોમાં વિગતવાર ચર્ચાઓ છે.

માટે આપણું આધ્યાત્મિક સાહિત્ય આપણા આધ્યાત્મિક ગુરુઓ દ્વારા આપણા સીમાડાઓ પાર કરી રહ્યું છે.

અમેરિકાની નેશનલ હેલ્થ કેર સંસ્થાએ આંકડાઓ પ્રકાશિત કર્યા છે કે જે લોકો પોતે ધર્મનું પાલન કરે છે અગર તો કોઇ ધાર્મિક સંસ્થા સાથે જોડાયેલા છે તેઓ બીજા કરતા ૨૦ ટકા વધારે આયુષ્ય ભોગવે છે.

આપણા દેશની સૌથી મોટી અને નામાંકિત આરોગ્ય સંસ્થા ઓલ ઇન્ડીયા ઇન્ટીટયુટ ઓફ મેડીકલ સાયન્સ તેના કેન્સરના દર્દીઓને આર્ટ ઓફ લીવીંગનો કોર્ષ કરવાની સલાહ આપે છે. જેના દ્વારા માણસો શરીર પર સકારાત્મક (પોઝીટીવ) અસર કરી સારવારમાં મદદ કરે છે, અને રોગ સામે લડવાની તાકાત આપે છે.

સ્વામી વિવેકાનંદે માણસના મનની અગાધ શકિતઓ વિષે વાત કરી છે કે 'આ દુનિયામાં કશું જ અશક્ય નથી' તેવો મહિમા સમજાવ્યો છે જ.

આપણા વેદોએ પણ માણસના સુષુપ્ત મનની વાતો કરી છે.

આધુનિક માનસ ચિકિત્સક ફ્રોઇડ પણ કંઇક આવી જ વાત કરે છે અને પોતાના પ્રયોગોમાં લખે છે કે સુષુપ્ત મન સાથેના પ્રયોગો કંઇક હકારાત્મક અસરો તો લાવે જ છે. અને સુષુપ્ત મન સાથે કામ કરી ધાર્યા પરીણામ લાવી શકાય છે.

આવી 'હિપ્નોટીક સ્લીપ' જેમાં માણસ અર્ધ સુષુપ્ત અવસ્થામાં હોય છે અને વધારેમાં વધારે કોઇપણ વસ્તુ પર ધ્યાન કેન્દ્રીત કરી શકે છે. અને શરીર પોતાના દરેક અવયવો અને ચેતાતંત્ર પર પણ કાબુ મેળવી શકે છે.

એક અભ્યાસુ હીપ્નોથેરાપીસ્ટ ઘણી શારિરીક અને માનસિક બીમારીઓ દુર કરી શકે છે. આપણે ઇચ્છીએ કે તબીબી જગતના આવા તબીબી વિકલ્પો પણ વધે.

TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૨ અંક : ૭ ફેબ્રુઆરી-૨૦૧૪

મુદ્રક • માલિક • પ્રકાશક

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧

તંત્રી

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

સહતંત્રી

ડૉ. રમેશ ભાંખર
ડૉ. પરાગ પટેલ ડૉ. શૈલેશ જાદવ
ડૉ. રૂપલ પટેલ ડૉ. નવીન કર્ણ
ડૉ. એમ. ડી. સાંગાણી

સંપાદક મંડળ

અમૃત પોંકીયા ડૉ.નિલેશ ચિખલીયા
ડૉ. અદિતિ દવે

પ્રિન્ટર

પાયોનિયર ઓફસેટ-જુનાગઢ
મો.૯૮૯૮૦ ૮૪૬૦૮

'ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ' માસિક પત્ર દ્વારા અમારો ઉદેશ લોકોને રોગ તથા તેની સારવાર વિષે જાણકારી આપવાનો તથા સારવાર લેતી વખતે યોગ્ય નિર્ણય લેવા માટે મદદરૂપ થવાનો છે. અને લોકોને હેલ્થ વિષે જાગૃત કરવા માટે ઉપયોગી થવાનો છે.

સરનામું

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ કાર્યાલય
ત્રિર્મૂતિ હોસ્પિટલ
નવા બસ સ્ટેન્ડ પાસે, જુનાગઢ
ફોન : ૦૨૮૫-૨૬૩૧૭૩૧,
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧
www.trimurtihospitals.in,
E-mail : trimurtihospitals@gmail.com

કેન્સર ન થાય માટે આટલો ખોરાક લેવાનું ભૂલતા નહીં.

કેન્સર થાય તે કોઇને ના ગમે. સમાજના મોટા ભાગના લોકો કેન્સરના નામથી એટલા બધા ડરી ગયેલા છે કે પોતાને કેન્સર ના થાય તેના અગમચેતીના પગલા રૂપે ગમે તે કરવા તૈયાર છે. ઔષધશાસ્ત્રના વૈજ્ઞાનિકોએ અનેક પ્રયોગો અને અઢળક નાણાં ખર્ચીને શોધેલા અકસીર 'એન્ટી કેન્સર ડ્રગ્સ'ને કારણે હવે ધીરે ધીરે કેન્સર માટેનો ડર ઓછો થતો જાય છે. પણ હજુ કેન્સર જેવો ભયાનક રોગ સંપૂર્ણપણે કાબુમાં લાવવાની સિધ્ધિ મોડર્ન મેડિસિનને મળી નથી.

કેન્સર થવાના કારણોમાં 'ફ્રી રેડિકલ'નો ભરાવા સામે તમારા શરીરમાં એન્ટીઓકિસડંન્ટ ન ચલાવી લેવાય તેવી અછત હોય તો તમને કેન્સર એકલું જ નહીં. પણ બીજા ભયંકર રોગો જેવા કે હાર્ટએટેક, બી.પી., ડાયાબીટીસ, આર્થાઇટીસ, દમ વગેરે થઇ શકે છે.

આપણા શરીરમાં હવા, પાણી, ખોરાકના પ્રદુષણને કારણે તથા દારૂ, તમાકુ, કેફી દ્રવ્યો, વધારે પડતી ચા અને કોફી વગેરેને લીધે તથા ચયાપચયની ક્રિયા ઉત્પન્ન થાય અને પોતે ફ્રી હોવાથી શરીરના તંદુરસ્ત અવયવો ઉપર ચરબી જામી જઇ અને કેન્સર અને બીજા રોગો કરે છે. આ તોફાની તત્વોથી રક્ષણ કરવા માટે ખાવાપીવાની ચીજો દુધ, અનાજ, તાજા શાકભાજી, તાજા ફળફળાદી અને પુરતું પાણી લેવાથી આપણા શરીરમાં પૂરતા પ્રમાણમાં વિટામીન એ, વિટામીન સી, વિટામીન ઇ, સેલેનિઅમ અને બીજા ખનીજ પદાર્થો ખૂબ જ પ્રમાણમાં મળશે. આ ચાર એન્ટીઓકિસડંટ સાથે પાંચમું એન્ટી ઓકિસડંટ એટલે રોજની ૩૦ થી ૪૦ મિનિટની નિયમિત કસરત. ફકત આટલું કરવાથી તમારા શરીરમાં કેન્સર થવાનો ભય નહીં રહે.

એન્ટી કેન્સર ડાયેટની વિગતો હોલીસ્ટીક મેડીસિનના મત પ્રમાણે જોઇએ અને જેના પ્રયોગો નેશનલ કેન્સર ઇન્સ્ટિટ્યુટમાં થઇ થયા છે તેઓની ભલામણ પ્રમાણે આટલા છે.

૧. ફળ અને શાકભાજી વધારે ખાઓ : તાજા ફળો અને શાકભાજી લો. પંદર પ્રકારના કેન્સર જેમાં આંતરડા, સ્તન, ગર્ભાશયનું મોં(સર્વીક્ષ) અને ફેફસાં મુખ્ય ગણાય તેનો ભય રાખવો નહીં પડે. પાલક, બ્રોકોલી, મૂળાની અને મેથીની ભાજીમાં રહેલા ઇન્ડોલ, બધા જ ખટમધુરા ફળોના, લીંબુ વગેરેમાં 'લીમોનીન' અને સફરજન અને દ્રાક્ષમાં રહેલા 'એલેજીક એસિડ' ખૂબ જ પ્રમાણમાં મળે છે જેથી કેન્સર થતુ અટકે છે.

૨. જેમાં ખુબ જ ફાઇબર(રેસા) આવે તેવો ખોરાક લો : ફાઇબર એક પ્રકારનો કાર્બોહાઇડ્રેટ છે જે પાણી સાથે મળીને ફુલે છે. તમારી કબજિયાત મટી જાય છે. એટલુ જ નહીં પણ ફાઇબરથી મળ રોકાતો નથી. જેથી આંતરડાનું કેન્સર થતુ અટકે છે. રોજ ૩૦ ગ્રામ જેટલી ફાઇબર લો.

૩. ચરબી ઓછી ખાઓ : તમારા શરીરમાં ચરબી વધારે હોય અને તમે વધારે કેલેરીવાળો ખાસ કરીને ચરબીવાળો ખોરાક ખાતા હો તો તમારા પ્રોસ્ટેટ, ગોલબ્લેડર (પિતાશય), સ્તન અને મોટા આંતરડાના કેન્સર થવાની શક્યતા વધી જાય છે.

૪. ફોલીક એસિડવાળો ખોરાક લો : પાંદડાવાળી ભાજી, કઠોળ, લીંબુ, નારંગી, મોસંબી, જામફળમાં ફોલીક એસિડ વધારે છે જેથી મોટા આંતરડાનુ કેન્સર થવાની શકયતા રહેશે નહીં.

૫. કેલ્શિયમ લેવાનું ભૂલશો નહીં : આંતરડાના કેન્સર ના થાય માટે તમારે રોજ ૧૨૦૦ થી ૧૫૦૦ મી.ગ્રામ કેલ્શિયમ લેવું જોઇએ. ૫૦૦મી.લી. દુધ સાથે દહીં, તલ, બદામ, અખરોટ, સોયાબીન પણ લેવાનું રાખશો.

૬. લસણ ખાવાની ટેવ પાડો : પેનસીલીવીનીયા સ્ટેટ યુનિવર્સિટીમાં થયેલા પ્રયોગોમાં સિધ્ધ થઇ ગયું છે કે રોજ ત્રણથી ચાર લસણની કળી લેવાથી લસણમાં આવેલા બે તત્વોથી ફેફસાના અને પ્રોસ્ટેટના કેન્સર સામે રક્ષણ મળે છે.

૭. સતત એકધારો ખોરાક લેવાને બદલે ફેરફાર કરતા રહો : જેટલો બને તેટલો તાજો ઘરમાં બનાવેલો ખોરાક લો. તૈયાર પ્રોસેસ ફુડમાં તમને તકલીફ ઓછી પડે પણ તેની અંદર જાણે અજાણે અનેક પ્રકારની કેન્સર ઉત્પન્ન કરનાર કેમિકલ્સ તમારા શરીરમાં જશે જે બરોબર નથી.

૮. અઠવાડિયે એક દિવસ સાચે સાચ ઉપવાસ કરો : ઉપવાસ કરવાથી તમારા શરીરનો કચરો બહાર કાઢી નાખનારા અંગો કિડની, ફેફસાં અને આંતરડાને અને આ ત્રણેને કંટ્રોલ કરનારલિવરને થોડો આરામ મળશે.

ઉપર જણાવેલ સરળ ઉપાયો નિયમિત રીતે અજમાવશો તો લાંબુ જીવવાની તો ગેરંટી જ છે પણ સાથે 'અમને કેન્સર થશે તો' આવા સતત ભયમાંથી કાયમમુકિત થઇ જશે.

ગિરનાર
ફીઝીયોથેરાપી

એ-૨૩, નહેરુ પાર્ક, ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ પાસે, એલ.જી. શોપી પાછળ, સરદારબાગ રોડ, જૂનાગઢ-૩૬૨ ૦૦૧

કન્સલ્ટન્ટ ફીઝીયોથેરાપીસ્ટ

ડૉ. જીજ્ઞા એસ. જાદવ
B.P.T. M.I.A.P.
મો.: ૯૮૭૯૫ ૦૯૮૯૩
E-mail :drjignasjadav@gmail.com
/jigna

ડૉ. રૂશિતા પટોળીયા
B.P.T. M.I.A.P.
મો.: ૮૭૫૮૭ ૧૮૮૫૫
E-mail : indurushi92@gmail.com
/Rushu Rushi

કસરત દ્વારા શરીરના સાંધાઓની નબળાઇ કે દુઃખાવો દુર કરવા તેમજ વધુમાં વધુ સ્નાયુઓને કાર્યરત અને સક્રિય કરીને કરવામાં આવતા ઉપચારની પધ્ધતિને ફીઝીયોથેરાપી કહેવાય છે. આ ચિકિત્સા પધ્ધતિમાં દવાઓ આપવામાં આવતી નથી. માટે તેની કોઇ આડ અસરોનો પ્રશ્ન ઉત્પન્ન થતો નથી. પરંતુ મહત્વની વાત એ છે કે ફિઝિયોથેરાપી જો લાંબા સમય સુધી અને નિયમિતપણે કરવામાં આવે તો તેની અસર દેખાય છે અને તકલીફ દુર થાય છે. ફિઝિયોથેરાપીની સારવાર આપનાર વિશેષજ્ઞને ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

શરીરમાં અમુક પ્રકારની તકલીફો માટે જો આપ દવા લેવા ના માગતા હો તો પ્રમાણભુત ફિઝિયોથેરાપિસ્ટની સલાહ લઇને આપ તે તકલીફ ફિઝિયોથેરાપી દ્વારા પણ દુર કરી શકો છો. આજના યુગમાં લોકો બિમારીનો ઇલાજ કરવા માટે દવાઓનો પ્રયોગ ઓછો કરવા માંગે છે. ફિઝિયોથેરાપી ફિઝિકલ થેરાપીનું બીજું નામ છે. આ એક ઝડપથી વિકસી રહેલું ક્ષેત્ર છે. જેમાં બિમારીઓનો ઇલાજ દવાઓ વગર માત્ર કસરતને આધારે કરવામાં આવે છે. તેઓ દર્દીને ફિઝિકલ એકસરસાઇઝ દ્વારા શારીરિક તકલીફોમાંથી મુકિત અપાવે છે. તેથી મેડીકલના ક્ષેત્રમાં ફિઝિયોથેરાપીનું મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે.

● ફિઝીયોથેરાપી એટલે શું ?

ફિઝીયોથેરાપીએ સારવારની એક પધ્ધતિ છે. જેમાં દર્દીઓને તકલીફ મુજબ જુદી જુદી કસરતો અને ઇલેકટ્રીક સાધનો વડે સારવાર આપવામાં આવે છે. જેથી દર્દી પોતાનું જીવન કોઇ પણ જાતનાં દુઃખાવા વગર અને સક્રિય રીતે જીવી શકે છે. આપણામાંથી બધાએ જ 'વા' શબ્દ કયાંકને કયાંક સાંભળ્યો જ હશે. અને ઘણા વા ના દર્દથી પીડાતા પણ હશે. પરંતુ વા વિશેની ચોક્કસ માહિતી અને સારવાર વિશેની જાણકારી ન હોવાને કારણે આ દર્દથી પીડાતા રહેવું પડે છે. આવા પ્રકારના દર્દની સારવારમાં ફિઝીયોથેરાપી ઘણી સફળ નિવડી છે. આ સિવાય પણ ફિઝીયોથેરાપી સારવાર થી ઘણા બધા રોગોની સચોટ સારવાર અને સંપૂર્ણ સારવાર શકય છે. જેમ કે...

☐ કમર, ગરદન, ખંભા, ગોઠણ, કાંડા, પેની, સાયટીકા, મણકાનો ઘસારો, નસ દબાવી, પક્ષઘાત, મોઢાનો લકવો, ફેકચર પછીની ખોડખાંપણ, જકડાય ગયેલા સ્નાયુની સારવાર, થાપાનો ગોળો તેમજ ઘુંટણ બદલ્યા પછીની સારવાર, જન્મજાત શારીરિક તકલીફો, સેરીબ્રલ પાલ્સી, ગુટખા-તમાકુના સેવનથી જકડાઇ ગયેલા મોઢાની સારવાર, પ્રસુતિ પહેલા અને પછીની કસરત, દાજી ગયેલા દર્દીઓ અને પ્લાસ્ટીક સર્જરી પછીની કસરતો.

ઉપલબ્ધ સાવાર : ● ડાયાથર્મી ● અલ્ટ્રા સાઉન્ડ ● ઇન્ટરફેરેન્શીયલ થેરાપી ● ટ્રેકશન ● ઇન્ફ્રારેડ લેમ્પ ● ઇલેકટ્રીક સ્ટીમ્યુલેશન ● કન્ટીન્યુઅસ પેશીવ મોશન ● પેરાફીન વેકસ બાથ

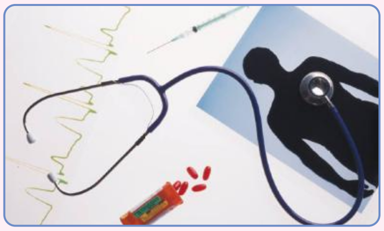
સામાન્ય જન આરોગ્ય કેન્દ્ર

શુભારંભ

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ્સ
ધ આર્ટ ઓફ મેડીકલ કેર

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા ગામડાના છેવાડાના વ્યકિત સુધી કઇ રીતે તેમના સ્વાસ્થ્ય સંબંધીત સેવાઓ ઉપલબ્ધ થઇ શકે તેમજ સરકારશ્રી દ્વારા આરોગ્યને લગતી જે કંઇ યોજનાઓ છે તેનો કઇ રીતે આમ આદમી લાભ લઇ શકે તે બાબતનો હાસ્પિટલની મેનેઝમેન્ટ ટીમે વિચાર ગોષ્ટી કરી એક નવા જ અભિગમ સાથે અલાયદી ૨૫ પથારી અલગ રાખવામા આવેલ છે.

અનેક નવા-નવા સંશોધનોને કારણે જે રોગો પહેલા અસાધ્ય હતા તે આજે મટાડી શકાય છે. પરંતુ તે માટેની સારવાર અતિ મોંઘી છે. અતિશય મોંઘીવારીના કારણે તબીબી સાધનો, લેબોરેટરી, એકસ-રે વગેરેમાં ભાવ વધારાને કારણે તબીબી સેવાઓ ખર્ચાળ બની છે. આવી પરિસ્થિતિમાં ડૉકટરો અને હોસ્પિટલના સંચાલકો મુશ્કેલી અનુભવતા હોય છે. **આવા સંજોગો વચ્ચે પણ ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ અને ભાવનાબેન ચિખલીયા ફાઉન્ડેશન-જૂનાગઢ દ્વારા ખરેખર જે ગરીબ દર્દી હોય તેમને નિદાન, દવા તથા ઓપરેશન વગેરે સારવારમાં રાહત દરે સેવાઓ આપવાનું નક્કી કરેલ છે. આપને યોગ્ય જણાય તેવા ખરેખર જરૂરિયાતમંદ દર્દીઓને ભલામણ કરવા વિનંતી છે.**



ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ્સ યુનિટ-૨
નવા બસ સ્ટેશન પાસે, ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલની બાજુમાં, જુનાગઢ-૩૬૨ ૦૦૧.
ફોનઃ૦૨૮૫-૨૬૩૧૭૩૧, મો. ૯૭૨૭૭ ૪૭૧૨૫

Book-Post

To, ______________________

____

____

____

Postal Reg. No. G-JND/313, Valid Upto Dt.31.122015
RNI Regi.No. : GUJGUJ/2012/46125

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત **ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ**

If Undelivered, Please Return to,
Trimurti Hospitals, Near New Bus Station, Junagadh
Ph : (0285) 2631731, M. 98252 31731
www.trimurtihospitals.in, E-mail : trimurtihospitals@gmail.com